

ВЕСТА[®] *sk*

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Май

№ 5 (252) 2016

16+

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

группа физических лиц

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

394030 г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Издание зарегистрировано
в Комитете Российской Федерации по

печати. Рег. № 014813

от 15. 05. 1996 года.

Главный редактор Марина КОСТЫНА

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор

по распространению

Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:

10 апреля 2016 г.

По графику в 11:00, фактически в 11:00.

Дата выхода 28 апреля 2016 года.

Отпечатано в ГУПО

«Рязанская

областная типография»

390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12

тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического
брака обращаться в типографию.

Заказ № 1293.

Тираж 245000 экз.

Общий тираж 434057 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

60672,

в каталоге «Пресса России» —

51182.

Подписку можно оформить

на сайте: VIPISHI.RU

На первой странице — Танзила

Ульяновская область

Сегодня в номере:

КОСМЕТИКА

- Вот такая, вот, петрушка!
- Лифтинг для лба и бровей.
- В защиту подводки.
- Выравниваем губы.
- Если брови слишком тонкие.

САЛОН КРАСОТЫ

- Скраб для головы?
- Изящная красота к выпускному...
- Прическа к вечернему платью.
- Для здоровья ваших волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Программа «бикини-минимум».
- Если крем, то правильный.
- По массажным линиям... груди.
- Образ жизни диктует температуру.
- Подарок для любимого.
- Красота с зеленым чаем.

ЗДОРОВЬЕ

- Советуют читатели: конский шавель от ушибов, а крапива — от фурункулов; домашнее средство вместо регидрона; аспирин с йодом от «косточек»; настой, очищающий организм.
- Лимоны с чесноком избавляют от храпа.
 - Что может корица?
 - Как «усмирить» герпес за два дня.
 - Если глаза слезятся.
 - Зеленая аптека: конский каштан.
 - «Скажите, доктор...» — на вопросы читательниц отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Болеро, связанные на спицах: с рюшами и «трансформер».
- Полчаса на накидку.
- Туфли под любое платье.
- Винтажный браслет.
- Парадная рубашка в клетку.
- Юбка с плетеными бретелями.
- Замшевая накидка с бахромой.
- Комбинезон из брюк.
- Рюкзачок с объемным украшением.
- Юбка с молнией.
- Босоножки с бантиками.
- Вместо фаты.
- Ободок с орхидеями и вуалью.
- Змейка из жемчуга.

ВАШ СТИЛЬ

- Наряд для королевы.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- Яичные маффины, сырный дип, лосось с лимоном, запеченные тефтели, пирожки-пиццерия и еще 9 замечательных рецептов.

ХОЗЯЮШКЕ

- Суперпростые кулинарные советы.

ИНТЕРЬЕР

- Тик-так дизайн.

ВАШ САД

- Поговорим о выращивании помидоров.
- Цветники.
- Львиный зев, или антирринум.
- Майский жук, или майский хрущ.
- Ненужных шлангов не бывает.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- Экзамен для родителей.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 мая по 15 июня.
- Знаки судьбы?
- Тест: Почувствуй другого!
- Кокотест: Немного о любви.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на июнь.

МУЖЧИНА ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Мы выбираем или... не выбираем.
- Развод и девичья фамилия...

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

- Александр Грин: звезды на небосклоне романтика.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Лучшие неудачники.
- Трудоголики: актрисы Евгения Дмитриева и Ольга Медынич.

ЭТИКЕТ

- А поболтать?
- А вы знаете правила этикета?

БРАТЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

- Душевая для четвероногого дачника.
- Это должен знать каждый хозяин.
- Как спасти мебель от кошачьих когтей.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- Наталья Зуева. Письмо матери.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Сохранить лицо. ● Гонки индивидуальные и... командные.
- Не храпом единым. ● Мой дом — моя крепость.
- «Долгоиграющий» парфюм.
- Правила «укрощения» начальника... и себя.
- Любителям мороженого. ● Королева пляжа.
- Блестящая родословная. ● Слова, слова... одни слова.
- Мы с разных планет. ● И многое другое.



МОРЩИНЫ ПРИХОДЯТ В СРЕДУ!..

Каждый из дней недели астрологи связывают с покровительством небесных тел. Мистическая томная Луна, «командующая» понедельником, никак не дает нам собраться, сосредоточиться. Воинственный Марс стимулирует в нас во вторник повышенную возбудимость. Самый «плохой» день для нас — среда, когда главенствует Меркурий: усиливается деятельность нервной системы, активизируется мышление и мы много энергии отдаем вовне, как результат — появление максимального количества морщин! В четверг, на радостях, что среда осталась позади и мы уже — под покровительством Юпитера, у большинства из нас резко нарастают общительность и желание посплетничать, в этот день мы гораздо легче идем на контакт, в том числе и с незнакомым сильным полом. И именно в четверг, по данным независимой статистики, у нас чаще всего случается секс. Поэтому в пятницу, находящуюся под бдительным оком Венеры, мы наиболее тонко чувствуем и эмоционально активны. А на следующий день Сатурн уже снижает нашу коммуникабельность, но повышает сосредоточенность — мы копим силы на новую неделю. В воскресный же день под влиянием Солнца-солнышка все жизненные силы нашего организма наиболее активны.

«РАДИ ЛЮБВИ ГОТОВ НА ВСЁ!»

Всё-таки среди мужчин еще есть настоящие герои, готовые на подвиг во имя любимой! В очередной раз это подтвердил болгарин Кынчо Стойчев после того, как на его признание возлюбленная процитировала Пушкина: «Герой, я не люблю тебя!» Узнав, что место в сердце красотки занято... американским баскетболистом Майклом Джорданом — правда, заочно! — Кынчо принял поистине мужественное решение стать, хотя бы внешне, этим самым Майклом Джорданом.

За три года Кынчо, бывший светложкий блондин, обритый наголо, благодаря постоянному втиранию измельченных ореховых листьев изменил цвет своей кожи на стойкий шоколадный, а накачанные силиконом губы обрели нужную пухлость.

Параллельно Кынчо изучал по телевидению игровые приемы ничего не подозревающего Джордана и, ежедневно тренируясь, довел их выполнение до совершенства.

Когда до полного сходства Кынчо осталось только изменить цвет глаз с помощью контактных линз, растаявшая от такого самопожертвования красавица бросилась к нему в объятия и прошептала: «О, Майкл!..

Тьфу, Кынчо! Я уже люблю тебя!..»



РЫЖИЕ НРАВЯТСЯ ХУДОЖНИКАМ, БЛОНДИНКИ — ИМПЕРАТРИЦАМ!

Поскольку первобытные люди еще не изобрели электричества, в их пещерах было довольно темно, поэтому женщин не очень волновало, какого цвета их волосы. Тем более, что, «благодаря» копоти и саже от костра и приготовления пищи, даже вне пещеры, на свету, цвет волос был примерно одинаковым у всех.

Со временем большая часть человечества улучшила жилищные условия: плохо отапливаемые, плохо освещаемые пещеры-коммуналки остались в прошлом. И тут оказалось, что волосы у женщин очень красивые и, что было совсем уж неожиданным, у всех — разные!

В связи с этим женщины срочно изобрели моду на модные цвета волос и тут же начали перекрашивать то, что изначально дала природа — чтобы быть в тренде. И так, начиная с древнего мира, каждая более или менее продвинутая местность имела свой тренд. Например, на острове Крит девушки обожали черный цвет, древнеримлянки же, напротив, считали красивыми только светлые волосы и, поскольку сами в основном были темненькими — специально обесцвечивали их. А вот, великий венецианский живописец Тициан обожал венецианок, славившихся искусством красить волосы во все оттенки рыжего. И не только обожал, но и запечатлел свое обожание на картинах — с тех пор «тициановские волосы» почти всегда в тренде!

Иногда тренд рождался из желания продемонстрировать свою преданность сильному миру сего. Парижские дамы высшего света, например, буквально в несколько дней стали все сплошь блондинками — так они льстили императрице Евгении, супруге Наполеона III. Возможно, с того времени и пошли анекдоты о дамах со светлыми волосами и не очень светлым умом...

Ну, а уж сейчас, в наши дни, в трендах такие цвета и оттенки бывают, что ни в сказке сказать, ни пером описать!.. Мы и не рискуем.

КОГДА ЛЮБВИ НЕ НУЖНО СЛОВ...

Приучили нас Шекспир да Пушкины, Петрарки да Бальмонты изъясняться в своих любовных чувствах поэтично, возвышенно и многословно. А вот у многих народов на нашей планете — скорее всего, Пушкина и Шекспира не читавших, — объяснения в любви происходят гораздо менее лирично, зато гораздо более практично. Например, в юго-западной части Китая парень, желающий посвататься к девушке, посылает ей косынку — этакий скромненький синий платочек — скорее всего, китайского же производства. В ответ он получает связанные ею тапочки — то есть, того же производства — с приложением: если приложена связка бананов — значит, готовься, милый, к свадьбе; ну, а если перья лука — ищи, милый, свою судьбу в другом месте.

У некоторых индейских племен в Бразилии девушки первыми делают предложение парням, принося из бранникам... горшочек с кашей. Вернул пустой — значит, готовься, милая, к свадьбе. Не доел — «Чапай думать будет!»! Если даже не попробовал — ищи, милая, другого!.. Вот так — горшочек каши, и вся любовь!



Моя сестра год назад вышла замуж. В четвертый раз. Три предыдущие брака распались из-за того, что все мужья ужасно ее ревновали. Мы с сестрой давно уже живем отдельно друг от друга, но я в курсе ее переживаний, так как она регулярно приезжает ко мне «поплакаться в жилетку». По ее словам, все ее предыдущие мужья были ужасными собственниками и постоянно доводили ее до такого состояния, что она боялась просто сойти с ума от бесконечных и беспочвенных подозрений и обвинений.

Мне ее очень жалко, потому что она — женщина-то хорошая, красивая, интересная, неглупая, ну, может быть, иногда слишком живая и веселая — но это же не пороки! Мужьям своим она никогда не изменяла. Получается, что всю жизнь страдала от их эгоизма и беспочвенных подозрений совершенно невинно.

С четвертым супругом сестренка поначалу так была счастлива, что все мы — и родственники, и подруги — искренне радовались за нее. Но недавно сестра опять появилась в моем доме вся в слезах. Она ужасно боится, что с четвертым мужем у нее повторится та же история, что и с предыдущими.

В чем же дело? Неужели все мужчины такие собственники и эгоисты, что с ними невозможно ужиться под одной крышей? А может, это у сестры такая карма — ревнивые мужья, которые своей ревностью не дают ей жить?

Нодумайте сами, как все четверо мужчин могут быть одинаково плохими и все достаться одной ни в чем не повинной и прекрасной женщине! И, наверное, ревновать ее и доводить до слез упреками и подозрениями они начинали не с первого дня знакомства!

Да, Вы скажете, что всегда были в курсе семейных неурядиц своей сестренки.

Но Вы ведь слышали только ЕЕ жалобы на нехороших мужчин и можете судить о том, что происходило у нее с ними, только с одной стороны — с ее слов.

И вряд ли Вы могли видеть, как Ваша сестренка — «живая и веселая» — ведет себя в компаниях других мужчин, а ведь именно в таких ситуациях ее живость и веселость могут очень сильно раздражать мужчину, который рядом с ней.

Чем Вы можете помочь сестре в ее ситуации? Поговорите с ней серьезно, не жалея ее, несчастную жертву «плохих» мужчин, а заставьте задуматься над собственным поведением, чтобы спасти хотя бы четвертый свой брак.

Пару лет назад я встретила, наконец, мужчину своей мечты. Отношения у нас с ним прекрасные — и я была с ним по-настоящему счастлива. Но поскольку городок у нас небольшой и заработать

денег на квартиру, чтобы мы могли пожениться, жить своей семьей и ни от кого не зависеть, возможности нет, мой милый пошел служить на три года по контракту, а я осталась дома ждать его.

И надо же было так случиться, что именно тогда, когда ждать осталось всего год, я изменила своему любимому и самому лучшему в мире мужчине! Не могу простить себе эту слабость! Не могу забыть об этом и не могу жить с осознанием всей низости своего поступка! Я хожу по нашему городку и боюсь поднять глаза на прохожих: мне кажется, что все об этом знают и осуждают меня. Может, лучше мне самой признаться любимому, пока ему не рассказали «доброжелатели»? Но тогда нашей любви точно придет конец.

Что мне делать? Подскажите!

Ошибиться и даже оступиться может в жизни каждый человек. Другое дело, оправдывает ли он себя, находя объяснение своим проступкам с уверенностью, что один только он прав, или умеет делать выводы, дабы не наступать в жизни по несколько раз на «одни и те же грабли».

Если Вы до конца осознали, что совершили грубейшую ошибку в жизни, сходите в церковь (и вовсе не обязательно в своем городке), исповедайтесь, покайтесь, причаститесь. И живите дальше — правильно. Но своему любимому ни в коем случае такие вещи о себе говорить нельзя.

Имейте в виду, мужчины измен не прощают. И даже если Ваш молодой человек действительно Вас очень сильно любит и простит Вас от всей души, но все равно измены никогда не забудет. А представьте себе, как Вам будет обидно, если когда-нибудь, особенно если Вы окончательно успокоитесь, он в пылу ссоры напомнит Вам о Вашем грехе...

А о том, что кто-то что-то может рассказать Вашему возлюбленному, не думайте: у каждого достаточно своих проблем, а в интимной обстановке вас никто видеть не мог.

Мой семейный стаж составляет почти 13 лет. С мужем жили по-разному: сначала душа в душу, потом стали все больше отдаляться и даже скандалить. А когда он стал регулярно приходить домой после работы подшофе, придираться к любой мелочи и оскорблять меня в присутствии детей, я с ним развелась. Целый год мы прожили с ним в разводе, а потом он стал

приходить и просить прощения, твердил, что он не может без нас жить, обещал, что никогда больше не станет пить, а тем более, обижать меня и детей...

Первое время он, действительно, вел себя прилично и жизнь наша, казалось, стала выправляться, а потом все опять стало по-прежнему. Он опять стал выпивать, придираться, скандалить, оскорблять меня.

На этот раз он сам собрал вещи, заявил, что ошибался, решив, что можно все начать сначала, что он устал от нас, что ему было лучше, когда он жил один на съемной квартире.

Я понимаю, что это крах моей семейной жизни, причем окончательный. Неужели я сама во всем виновата? Ведь я так хотела жить с ним до конца жизни!

Когда Вы в первый раз развелись с мужем, наверное, Вам очень не хотелось лишиться себя надежной опоры в виде мужского плеча, а своих детей — отца. Но все сомнения перевесила мысль о том, что чем жить с таким мужем и отцом, лучше уж — одним.

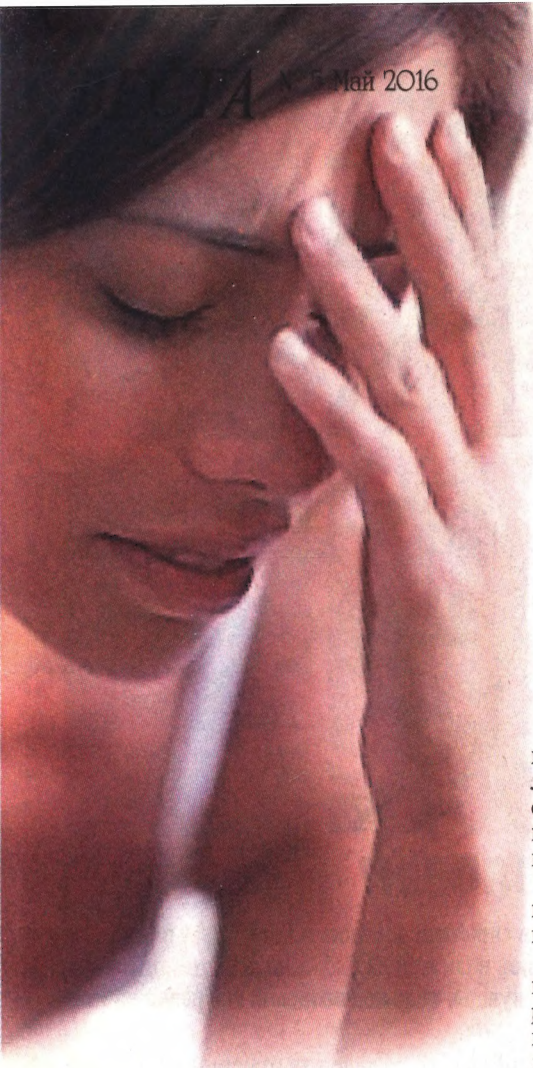
А потом поверили в то, что он все покаялся, изменился, и теперь у вас все будет по-другому. Но, к сожалению, люди, в большинстве своем, не меняются! Вы сами в этом убедились. Да, взвалить на свои хрупкие плечи работу, домашнее хозяйство, воспитание детей и безропотно тащить этот воз одной — тяжело. А представьте себе, что на этом возу лежит (и погоняет!) еще и совершенно никчемный, вечно пьяный, всем недовольный и скандальный мужчина! А если учесть, что нормальный отец семейства из него совсем не получился, то, наверное, и Вам, и Вашим детям, действительно, без него жить стало легче!

Ведь, начиная жить с вами и в первый, и во второй раз, Ваш супруг думал прежде всего о себе. Даже когда уходил, говорил, что ОН устал от вас и ЕМУ без вас было лучше.

Подумайте, может быть, как раз сейчас для Вас настало время пожить не для него, а для себя и своих детей?

Когда мы только познакомились с Сергеем, я была поражена его практичностью и осведомленностью в таких вопросах, в которых, казалось, может разбираться только женщина. Он был в курсе последних веяний моды,

НАЕДИНЕ



обязана советоваться с мужем, когда покупаю себе колготки. И дело вовсе не в экономии. Он не настаивает на том, чтобы я выбирала себе вещи подешевле, но обязательно те, что нравятся ему, а если я его, не дай Бог, ослушаюсь, неминуем скандал. Может быть, он так тщательно следит за моей внешностью, опасаясь, что кто-то из окружающих мужчин обратит на меня внимание, может быть, наоборот, не хочет, чтобы его жена выглядела хуже остальных... Но, получается, что я совсем лишена права выбрать то, что нравится мне.

У меня нет своей жизни и никакой свободы. Что мне делать?

Же напоминает ли Вам такая забота мужа прекрасные времена Вашего детства, когда все за Вас решали родители? В этом есть своя прелесть: когда за Вас родные и близкие люди решают все задачи, можно чувствовать себя обожаемой девочкой, защищенной ото всех житейских проблем и невзгод.

Другое дело, что Вы устали от тотального контроля и жаждете свободы и самостоятельности.

Многие женщины мечтают о таких мужьях, которым они были бы небезразличны, с которыми жили бы «как за каменной стеной», ощущая каждый день их заботу и воспринимая ее как истинное выражение любви.

Вы не думали, что постоянный контроль можно воспринимать и так?

А ведь в браке с таким мужчиной можно чувствовать себя очень комфортно — все зависит от того, как себястроишь.

Мы с моим парнем встречаемся уже несколько лет.

У нас прекрасные отношения и он — безупречен: понимающий, внимательный, заботливый, готовый все самое сложное, что может встретиться в жизни, взять на себя, оградив меня от любых тяжелых ее моментов.

Мы пока не говорили с ним о будущей семейной жизни, но у меня скоро защита диплома и понятно, что после окончания вуза дело придет к логическому завершению романтических отношений — к свадьбе.

Так как ему уже скоро 30, его родители мечтают о том, чтобы у него, их единственного сыночка, была счастливая семья, а у них — внуки. И со стороны все это выглядит нормально.

Если бы не одна серьезная проблема. У меня врожденная патология, при которой мне нельзя иметь детей. Я и мои родители знаем об этом с самого раннего детства, и я всю жизнь наблюдаюсь у врачей.

Внешне это никак не проявляется, и никто из окружающих об этом не догадывается. Знают только родители. Врачи говорят, что при здоровом образе жизни — без чрезмерных нагрузок на организм — я могу жить долго и счастливо, но беременность и роды будут для меня роковыми.

Прекрасно понимаю, что каждый мужчина, который решает жениться, хочет иметь здоровую жену и здоровых детишек, поэтому о своей проблеме я никогда никому не говорю. Но очень по этому поводу переживаю.

Конечно, меня пугает еще и то, что, узнав подробности моего здоровья, мой любимый меня бросит.

Мой лечащий врач советует все ему рассказать, а я не знаю, что мне делать. Очень страшно!

Же понятно, на что Вы рассчитываете, затягивая с таким серьезным для вас обоим разговором. Неужели Вы думаете, что проблема «рассосется» сама собой?

Нет. Более того, чем больше времени длится ваши отношения, тем больше вы оба будете «вращаться» друг в друга и тем страшнее Вам будет открыть свою тайну. А если уж говорить о возможности создания здоровой семьи для Вашего парня, со временем и для него эта возможность может быть упущена: ему ведь скоро 30, а с каждым годом у всех здоровье не улучшается...

Да, разговор Вам предстоит непростой, но он все равно когда-нибудь должен состояться. Возьмите себя в руки и расскажите всё начистоту.

Если вопрос рождения наследников для него самый главный, ничего не поделаешь, семьи с ним, увы, не получится.

Но бывает и так, что любовь разрушает все преграды. И медицина сейчас не стоит на месте. И можно использовать шанс стать родителями путем суррогатного материнства.

В конце концов, даже в Вашей ситуации при желании можно найти выход. А Вам в любом случае лучше поступить с любимым человеком предельно честно.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

знал основные тренды и цены.

С ним можно было посоветоваться по поводу чего угодно — до мелочей — как с подружкой, но чаще всего он сам делал выбор: для меня и вместо меня. Сначала меня это забавляло и даже нравилось: «Значит, я ему действительно дорога, ведь только по-настоящему близкий человек может так заботиться», — думала я.

Теперь мы с ним муж и жена, и его «забота» переросла в тотальный контроль — он держит всю мою жизнь, как под прицелом, лишая меня самой элементарной самостоятельности. Покупаю туфли — сразу критика: «Зачем тебе такие каблукки? Ноги переломашь! Каблук должен быть средним по высоте и устойчивым». То блузка у меня слишком открытая (а это неприлично), то юбка слишком обтягивающая (а это неудобно). Доходит до того, что я

С ПСИХОЛОГОМ



СКРАБ ДЛЯ ГОЛОВЫ?

Я с удовольствием пользуюсь скрабами для лица и тела. Сразу вижу, что кожа становится более нежной и свежей на вид. А надо ли делать пилинг кожи головы или в этом нет нужды, ведь под волосами все равно ничего не видно?

Кожа головы тоже нуждается в удалении отмерших частичек, ведь именно из них бактерии образуют перхоть. К тому же чешуйки эпидермиса, излишки кожного жира и остатки косметических средств перекрывают доступ кислорода к сосудам и волосяным луковицам, отчего волосы становятся тусклыми и ломкими.

Пилинг кожи головы следует проводить не чаще одного раза в месяц. Это не только добавит здоровья волосам, но поможет избавиться от перхоти и нормализовать выделение жира.

Поскольку большинство домашних скрабов для кожи головы содержат соль, перед их использованием следует убедиться, что на коже головы нет ранок и ссадин. Они часто образуются в результате расчесов. Попросите кого-то осмотреть вашу голову. И помните: пилинг нельзя проводить сразу после окрашивания, мелирования и ламинирования волос.

Самым лучшим считается соляной скраб. Измельчите в кофемолке морскую соль. Смешайте 2-3 ст. ложки соли с таким же количеством воды. Но можно вместо нее использовать натуральный йогурт, простоквашу или растительное масло (особенно если кожа слишком сухая). Аккуратно нанесите кашицу из соли на сухую кожу и втирайте, бережно массируя ее, не дольше 10 минут. Оставьте соль на коже еще на 5 минут, затем смойте водой и вымойте голову с шампунем.



Если у вас темные волосы, для пилинга можно использовать смесь тростникового сахара и спитой кофейной гущи. Смешайте по 1 ч. ложке сахара и кофе, добавьте 1 ст. ложку кондиционера для волос и массируйте кожу 10 минут. Смойте скраб теплой водой.

В салонах для пилинга кожи головы часто используют смесь марокканской глины гассул с маслом чайного дерева, жожоба или мяты. В этом случае волосы получают еще и дополнительное увлажнение.

ВНИМАНИЕ! Не пугайтесь, если во время первого расчесывания после пилинга на расческе останется больше волос, чем обычно, это нормально.

ИЗЯЩНАЯ КРАСОТА К ВЫПУСКНОМУ...

Наверное, уже не осталось женщин и девушек, которые не умели бы плести французскую косу. Но все зависит от толщины этой косы. Чем она тоньше, тем изящнее выглядит прическа. К сожалению, справиться с такой прической самостоятельно не получится — вам потребуется помощь человека с навыками тонкого плетения волос.

● Чистые длинные волосы разгладьте утюжком и разделите на прямой пробор.

● С левой стороны от пробора отделите тонкую прядь и плетите из нее одностороннюю французскую косу, сдвигая ее ближе к средней линии затылка и добавляя от линии роста волос совсем тонюсенькие прядки.

● Когда дойдете до уха, продолжайте плести простую косу до середины затылка.

● Снова переходите на французское плетение, отделяя очень тонкие дополнительные прядки с правой стороны от самого пробора по линии роста волос.

● Доплетите до уровня нижней челюсти, переходите на обычное плетение, а потом снова на французское.

Повторяйте до тех пор, пока не доплетете до конца волос, закрепите кончик волос тонкой резинкой, заведите его под волосы и прикрепите к дополнительным прядям невидимкой.

У вас получится зигзаг из тонкой косички, к которой в шахматном порядке присоединяются тонкие прядки. Прическа настолько воздушна и изящна, что подойдет для любого торжественного случая.

ПРИЧЕСКА К ВЕЧЕРНЕМУ ПЛАТЬЮ

Не уверены, какая прическа подойдет к вашему вечернему платью? Это очень просто! Надо лишь учесть, какой у него вырез. Выбирайте...

- 1 Вырез «сердечком» — распущенные волосы или, наоборот, высокая прическа с открытой шеей.
- 2 Глубокое треугольное декольте — прическа по типу «мальвины»: с висков и лба волосы собраны назад, сзади — распущены.
- 3 Платье с асимметричным вырезом горловины — волосы, собранные набок, и, например, заплетенные в косичку.
- 4 Вырез «лодочка» — низкий пучок сзади или распущенные волосы.

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВАШИХ ВОЛОС

Не упустите время, используйте для оздоровления волос весенние травы и листья, пока они полны витаминов, биологически активных веществ и особенно полезны.

Пригоршню молодых листиков березы залейте 1 стаканом кипятка, накройте и дайте постоять 20 минут. Процедите настой, разведите 1 литром теплой воды в тазу, наклоните над тазом голову, поливайте ее настоем и бережно массируйте корни волос и кожу головы 2-3 минуты. После этого просто дайте волосам высохнуть, не смывая настой.

Применять березовый настой можно через день, причем голову при этом мыть необязательно. Он укрепляет корни, утолщает волосы, ускоряет рост, волосы становятся гладкими и эластичными.

Листочки мать-и-мачехи вымойте, измельчите, 1 ст. ложку кашицы залейте 1 стаканом кипятка, накройте и настаивайте 30 минут. Затем процедите, а настоем пропитайте корни волос.

Применение настоя 2 раза в неделю значительно улучшает рост волос и останавливает их выпадение.

Свежие листья молодой крапивы тщательно промойте в нескольких водах, потом ополосните кипяченой водой, в которой растворена 1 ч. ложка соды, выложите на полотенце, чтобы стекла вода, измельчите и залейте водкой из расчета на 1 ст. ложку крапивной кашицы 10 ст. ложек водки. Закройте емкость плотной крышкой и настаивайте в темном месте 7 дней, затем отфильтруйте настойку и храните ее в темном месте. Протирайте кожу головы ватным тампоном, смоченным в крапивной настойке, 2 раза в неделю.

Обычно двух месяцев крапивных процедур хватает, чтобы остановить выпадение волос и избавиться от жирной себореи.

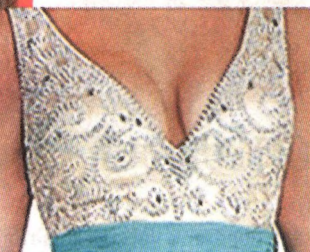
Подготовила Галина УШАКОВА



1



2



3



4



8 Лицом к лицу

Всем известная обычная петрушка, что растет на каждом огороде, благодаря своему уникальному составу оказывает потрясающий омолаживающий эффект, а также успокаивает, отбеливает, тонизирует, увлажняет и подсушивает кожу любого типа, если использовать ее для косметических масок.

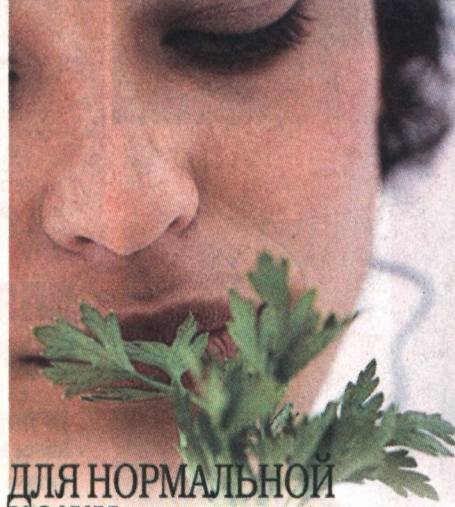
Для курса масок из петрушки май — идеальное время, когда она наиболее богата витаминами, микроэлементами и другими биологически активными веществами. Используйте маски с петрушкой два-три раза в неделю в течение месяца. Тогда вы не только получите омолаживающий эффект, но и закрепите его. А следующий курс можно повторить не раньше, чем через месяц.

ВНИМАНИЕ! Чтобы все полезные для кожи вещества петрушки проникли глубоко в клетки кожи, маску с петрушкой надо держать на коже полчаса.

Но какими бы простыми и безвредными ни казались маски из петрушки, их нельзя делать длительным курсом женщинам, страдающим аллергией, мочекаменной болезнью, циститом, а также беременным и кормящим мамам.

Мы предлагаем вашему вниманию маски, в которых петрушка «выступает» в паре с молочными продуктами, которые добавляют коже гладкости и возвращают здоровый цвет лица.

ВОТ ТАКАЯ, ВОТ, ПЕТРУШКА!



ДЛЯ НОРМАЛЬНОЙ КОЖИ

Мелко порежьте несколько веточек петрушки, затем разотрите их в кашицу. Смешайте по 1 ч. ложке кашицы из петрушки и мягкого творога. Если масса получилась гуще сметаны, добавьте немного молока. Нанесите маску на лицо на 30 минут и смойте чуть теплой водой.

Маска омолаживает, разглаживает и немного осветляет кожу.

ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Смешайте по 1 ч. ложке порезанной и растертой до образования сока зелени петрушки и жирной сметаны. Если кожа слишком сухая, замените сметану на жирные сливки. Нанесите маску на кожу лица на 15-20 минут, затем смойте теплой водой.

Маска отлично увлажняет и освежает кожу, ее можно делать утром или перед важным событием.

Измелите в блендере или разотрите 2 ст. ложки зелени петрушки, смешайте с 4 ст. ложками молока, дайте постоять 5 минут. Смочите в этом составе салфетку или двойной слой марли с прорезями для глаз и рта и, не отжимая, положите на лицо на 20 минут, затем снимите салфетку и умойтесь прохладной водой.

Маска разглаживает кожу, увлажняет ее и возвращает здоровый цвет лица.

ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Очень мелко порежьте несколько веточек зелени петрушки, смешайте 1 ст. ложку петрушки с 0,5 ст. ложки крахмала, разведите эту смесь кислым молоком и нанесите на лицо. Через 30 минут

ЛИФТИНГ ДЛЯ ЛБА И БРОВЕЙ

Со временем кожа век становится тоньше, на ней появляются морщинки, брови опускаются, как будто, собравшись складочками, кожа потащила брови за собой. А ведь высокие брови и широко распахнутые глаза — признак молодости. Чтобы брови оставались на месте, хотя бы раз в неделю находите несколько минут для специального упражнения, которое поможет сохранить эластичность и поддержать в тонусе кожу верхних век.

Самую мягкую часть ладоней, которая прилегает к запястьям, подведите, как стульчик, под брови. Осторожно направьте ладони вверх, чтобы приподнять брови. При этом взгляд опустите вниз и считайте до 20. Повторите 10 раз.

● Невысокие девушки и женщины часто морщат лоб, поднимая взгляд на тех, кто выше ростом. Поэтому у них первые морщинки появляются не у глаз, а на лбу. А с возрастом вообще редко кому удастся сохранить лоб гладким, без морщин. Но вы можете отсрочить их появление, если станете делать простое упражнение.

● Поставьте мизинцы на начало бровей у переносицы, а подушечки больших пальцев — на концы бровей у висков. Остальные пальцы распределите по линии роста волос на лбу.

Большими пальцами тяните кожу в стороны, мизинцами и остальными пальцами — вверх, а взгляд опустите. Как только почувствуете, что кожа век натянулась, опустите мизинцы, а остальными пальцами продолжайте как бы расправлять кожу лба в течение 20 секунд. Повторите упражнение 10 раз.



В ЗАЩИТУ ПОДВОДКИ

Не все любят подводку. Поэтому хотелось бы сказать пару слов в ее защиту.

Тонкая черная подводка по верхнему веку визуально делает ресницы толще, а белки глаз ярче и белее. Может быть, теперь, желая получить два таких бонуса для своей внешности, вы все-таки попробуете подводить глаза?



упражнение 40 раз (по 20 в каждую сторону попеременно).

8 Примите положение «боковая планка» с опорой на правое предплечье и правую стопу. Левую руку согните, ладонь приведите к голове (фото 8а). Из этого положения поднимите вверх согнутую левую ногу, разворачивая носок вверх (фото 8б), после чего вернитесь в исходное положение. Повторите упражнение 15 раз, затем смените положение и сделайте то же самое с другой стороны.

9 Лягте на правое бедро с опором на правое предплечье, ноги выпрямите и слегка приведите вперед, левую руку согните, ладонь держите рядом с головой (фото 9а). Из этого положения разверните корпус, одновременно поднимая прямые ноги вверх и выпрямляя левую руку (фото 9б), после чего вернитесь в исходное положение. Выполните упражнение 25 раз, затем смените положение и повторите с другой стороны.

10 Лягте на спину, руки разведите в стороны, прямые ноги поднимите вверх, перпендикулярно туловищу (фото 10а). Из этого положения медленно наклоните ноги в правую сторону, обратным движением вернитесь в исходное положение, повторите то же самое в левую сторону (фото 10б) и вернитесь в исходное положение – все считайте за один повтор упражнения. Выполните 20 повторов.



Подготовила
Марина ГРУЗДЕВА



ЕСЛИ КРЕМ, ТО ПРАВИЛЬНЫЙ!

Пока мы ходим в сапогах и ботинках, кожа стоп не соприкасается с окружающей средой и остается довольно увлажненной и мягкой. Как только мы переходим на открытую летнюю обувь, начинаются проблемы: кожа становится сухой и жесткой. И тут уже без постоянного использования специального крема для ног не обойтись. Но какой крем выбрать?

Если вы хотите, чтобы крем сохранил кожу ваших ножек мягкой и эластичной, да к тому же помог предотвратить образование натоптышей, выбирайте тот, в состав которого входят:

- растительные масла
- смягчающие кожу вещества: алантоин, бисаболл, пантенол
- увлажняющие и удерживающие влагу в коже компоненты: мочевины, глицерин, лецитин, экстракт алоэ, коллаген.

Не забывайте пользоваться кремом каждый день после вечернего душа, и вы избежите многих летних проблем.

ПО МАССАЖНЫМ ЛИНИЯМ... ГРУДИ



Нежная гладкая кожа в области декольте и упругая грудь — мечта каждой девушки. Правда, кожа на груди очень нежная, и при неправильном уходе ее можно так растянуть, что ни о какой упругости уже не может быть и речи. Именно поэтому ухаживать за кожей этого деликатного места желательно по массажным линиям, как мы делаем это при уходе за кожей лица. Тогда она не будет растягиваться.

СНИЗУ ВВЕРХ И ВОКРУГ

Трете ли вы область грудной клетки мочалкой с гелем, наносите ли крем или лосьон, двигайтесь не хаотично, а от ее центра к плечам и ключицам. Чтобы укрепить кожу и мышцы, которые поддерживают молочные железы, все процедуры проводите, описывая вокруг них горизонтальные «восьмерки», сначала по часовой стрелке, а потом против нее.

СКРАБ ДЛЯ ГРУДИ И ЛИЦА

Несмотря на то, что кожа в области декольте тонкая и нежная, она тоже нуждается в пилинге. Но для нее не подходит ни один скраб для тела. Можно использовать мягкий скраб для чувствительной кожи лица. И не чаще 1

раз в неделю. И помните, его наносят по тем же массажным линиям.

ЛОСЬОН ДЛЯ УПУГОСТИ

Если вы правильно ухаживаете за кожей декольте и молочных желез, но вам кажется, что она теряет свою упругость, эластичность и становится дряблой, приготовьте специальный лосьон.

Смешайте по 1 стакану морковного, свекольного и сока черной редьки, добавьте 1 стакан жидкого меда и 1 ст. ложку водки. Настаивайте лосьон в темном месте 2 недели. А когда он будет готов, переставьте его в холодильник, отливайте понемногу, разводите кипяченой водой в соотношении 2 : 1 и каждый вечер перед сном протирайте кожу на груди домашним лосьоном все по тем же массажным линиям. Смывайте лосьон утром.

Обычно хватает 1 месяца, чтобы грудь стала более упругой, а кожа эластичной.

ОБРАЗ ЖИЗНИ ДИКТУЕТ ТЕМПЕРАТУРУ

Доктора уверены, что для здоровья наиболее полезны ванны, которые мы принимаем вечером. Вечерняя ванна подходит для всех, а вот температуру воды надо подбирать индивидуально.

● Самой полезной и универсальной считается ванна с температурой воды 34–37°.

● Для тех, кто ведет активный образ жизни, занимается спортом, редко болеет простудными заболеваниями, больше подойдет ванна с температурой воды 27–28°. Но помните, что непосредственно после тренировки, чтобы снять усталость мышц и вывести наружу накопившуюся в мышцах молочную кислоту, надо принять горячую ванну.

● Тем, у кого работа требует большого нервного напряжения, связана с постоянными стрессами, а также тем, у кого есть хронические заболевания, нужна ванна с температурой воды не ниже 38°.

ПОДАРОК ДЛЯ ЛЮБИМОГО

У вас намечается свидание с продолжением и хочется, чтобы любимый оценил гладкость и нежность вашей кожи? Накануне свидания побалуйте свое тело шоколадной маской.

Разведите пачку несладкого какао-порошка горячей водой до образования кашицы консистенции сметаны. Осторожно нанесите маску на тело, оставьте на коже на 15 минут, а затем смойте «шоколад» под душем.

Такая маска не только добавит коже нежности, гладкости и тургора, она дополнительно увлажнит и подпитает ее. А запах шоколада не оставит равнодушным вашего возлюбленного...



Подготовила Галина КРУПЕНИНА

Требуется ли проходить какие-либо обследования при применении гормональных контрацептивов и зачем?

Гормоны являются наиболее сильными биологическими веществами. С их помощью осуществляется и контролируется деятельность всего организма. Также и их химические аналоги являются веществами, вызывающими в организме значительные изменения. Поэтому надо пройти наиболее полное обследование перед их приемом и периодически — во время приема. Необходимо сдать общий анализ крови. Биохимический анализ крови, куда должны входить: глюкоза (так как при применении гормонов изменяется углеводный обмен), холестерин (для контроля за жировым обменом), алат, асат, билирубин — для контроля функции печени (так как она отвечает за многие виды обмена и утилизацию лекарственных средств), креатинин и мочевины (для проверки функции почек). Но, все-таки, наиболее важной является проверка свертывающей системы — коагулограмма. Необходимо также провести кольпоскопию — осмотр шейки в микроскоп и, при необходимости, исследование подозрительных участков (проведение биопсии — взятие кусочков материала для исследования). Проводится ультразвуковое исследование органов малого таза и молочных желез, так как гормоны могут способствовать росту многих видов опухолей и изменению тканей. Конечно, необходимо исследовать гормональный статус, в том числе и гормоны щитовидной железы, ведь она является гормонозависимым органом. Если есть какие-либо изменения, они, по возможности, устраняются. Если эти изменения неустраняемы или серьезны, прием гормонов может быть совсем запрещен.

Можно ли проходить санаторно-курортное лечение при хроническом

воспалении придатков матки?

При хроническом воспалении придатков удается оказать помощь лекарственными средствами — при обострении воспаления или для профилактики обострения. Вне обострения воспаления женщин часто беспокоят длительные изматывающие боли или боли, которые требуют длительного приема обезболивающих и противовоспалительных средств, что также имеет много побочных действий. При санаторно-курортном лечении доступен, в зависимости от условий, достаточно полный спектр климатологических и физиотерапевтических методов лечения (грязевые, минеральные ванны, тампонады; аппаратные методы, на что часто не хватает времени при лечении дома), массаж, лечебная физкультура и многое другое. Поэтому при хроническом воспалении придатков матки санаторно-курортное лечение — наиболее подходящий метод.



ДЕРМАТОЛОГ ОТВЕЧАЕТ

Кандидат медицинских наук

Ольга ДЕМЬЯНОВА



У меня светлая плохо загорающая кожа и очень много коричневых и черных родинок. Есть плоские и выступающие. Я за ними внимательно слежу, так как знаю, что они представляют опасность. Но время от времени все равно выступающие родинки цепляются за одежду, за цепочку и начинают воспаляться и болеть. Скажите, пожалуйста, как правильно поступать в таких случаях?

Правильно, за родинками надо следить. Так как никто чаще самого хозяина свои родинки не видит.

Чего мы вообще боимся, если разговор идет о пигментных невусах (родинках коричневых и черных)? Мы знаем, что из такого невуса, особенно под воздействием травмы, может развиться меланнома. Кроме того, пигментное образование изначально может быть меланомой, но маскироваться под обычную родинку.

На что обращать внимание? Есть признаки, которые должны насторожить. Они сформулированы как правило «ФИГАРО»:

Ф — форма. Для меланомы характерна выпуклая форма (лучше всего это видно при боковом освещении). Это не всегда так, но обращать внимание на данный признак нужно.

И — изменение размеров, цвета, толщины. Резкое ускорение роста или изменение — один из самых важных признаков меланомы.

Г — границы. Для меланомы характерны неровные, «изрезанные» края.

А — асимметрия. Одна половина образования не похожа на другую.

Р — размеры. Большой диаметр.

О — окраска неравномерная. Образование многоцветное.

Не все участки тела удобны для самостоятельного осмотра (например, волосистая часть головы или спина). Поэтому пользуйтесь помощью близких, а лучше обратитесь для обследования родинок к специалисту, владеющему дерматоскопией (дерматолог, онколог). Кстати, в России ежегодно в последний понедельник мая проводится день диагностики меланомы. В этот день любой желающий может бесплатно записаться к специалисту дерматоскописту и проверить свои родинки. Информацию по этому вопросу можно получить на сайте www.laroche-posay.ru.

Если произошла травма невуса и появились признаки воспаления, то крайне нежелательно применять какие-либо домашние средства (йод, зеленку, фукорцин и т. п.). Следует как можно быстрее обратиться к доктору (дерматолог, онколог) для осмотра. Как правило, воспаление меняет картину, и устранить его надо теми способами, которые порекомендует врач. Дальнейшее наблюдение позволит выбрать тактику: динамическое наблюдение или удаление образования.

Если имеется множество выступающих невусов, которые трудно уберечь от травмы, стоит обратиться к специалисту для решения вопроса об их удалении в превентивных целях. Это лучше, чем бояться их травмировать и не спать ночами, думая, что же теперь будет.



Весной всем хочется на природу. Но страшно заболеть от укуса клеща — особенно энцефалитом. Напишите, пожалуйста, об этом опасном заболевании.

Клещевой вирусный энцефалит — острое инфекционное вирусное заболевание с преимущественным поражением центральной нервной системы. Последствия заболевания: от полного выздоровления до нарушений нервной системы, приводящих к инвалидности и смерти. Возбудитель болезни — арбовирус — передается человеку в первые минуты присасывания зараженного вирусом клеща, обитающего в лесах, лесопарках, на садово-огородных участках. Но клещей могут занести животные (собаки, кошки) и люди: на одежде, с цветами, ветками и т. д. Арбовирусом можно заразиться при употреблении в пищу сырого молока коз (чаще всего), овец, коров, у которых в период массового нападения клещей вирус может находиться в молоке. Поэтому на территориях, где распространен клещевой энцефалит, молоко и молочные продукты необходимо кипятить и подвергать тепловой обработке. Можно заразиться вирусом, если втереть его в кожу при раздавливании клеща или расчесывании места укуса.

На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА



Скажите, пожалуйста, может ли сифилис проявиться через три месяца после полового контакта. Как можно понять, насколько давно человек заразился? Можно ли заразиться от человека, у которого нет никаких признаков болезни? Можно ли не заразиться при половом контакте с больным сифилисом?

Сифилис — довольно «хитрая» инфекция, она весьма разнообразна по клиническим проявлениям и значительно динамична во времени. Для заражения сифилисом нужен довольно тесный контакт (половой или бытовой) с заразным больным, так как возбудитель — бледная трепонема — очень неустойчив во внешней среде: по воздуху не летает, по перилам не ползает, с пола на человека не прыгает.

Всегда ли происходит заражение при контакте с больным заразной формой сифилиса? Не всегда. Это зависит слишком от многих факторов, поэтому

Клещи могут нападать на человека в любое время дня и ночи и в любую погоду.

Клещ, переносящий вирус, довольно мал: не более 2-3 мм, темно-коричневого цвета. На теле человека клещи чаще всего прикрепляются к коже в волосистой части затылка, шеи, в подмышечной и паховой областях, в области пупка, в промежности, под лопатками. Причем, прикрепление и присасывание к телу в большинстве случаев остаются незамеченными. Ощущение человека саднения и зуда на месте присасывания клеща возникает лишь спустя 6-12 часов. После отпадения клеща на месте его питания можно обнаружить болезненное уплотнение диаметром до 3-5 мм с корочкой в центре, который сохраняется в течение 2-3 недель. Инкубационный период при клещевом вирусном энцефалите — время от момента укуса клеща до появления первых симптомов — от 3 до 30 дней.

При проживании или перед поездкой в районы с повышенным риском заражения энцефалитом следует в районной поликлинике сделать прививку, причем, минимум чем за 21 день до поездки. Вакцинация показана клинически здоровым людям (детям с 12 месяцев), проживающим на эндемичной по клещевому энцефалиту территории или пребывающим на ней, после осмотра терапевтом (педиатром), так как вакцинацию можно проводить не ранее, чем через 2 недели после выздоровления от ОРВИ.

Стандартная схема вакцинации клещевого энцефалита состоит из 3 доз, которые вводятся по схеме 0-1(3)-9(12) месяцев — для импортных и 0-1(7)-(12) — для отечественных вакцин; ревакцинация проводится каждые 3 года. Для формирования иммунитета большинству прививаемых достаточно 2 прививок с интервалом в 1 месяц. Стойкий иммунитет к клещевому энцефалиту

спрогнозировать, заразишься или нет, невозможно. Это можно проверить только опытным путем (если сильно надо, конечно).

Можно ли заразиться от человека без видимых проявлений инфекции? Можно, так как существуют скрытые формы инфекции. Кроме того, не всегда проявления сифилиса бросаются в глаза: надо знать, что и где искать.

Как скоро проявляется инфекция после заражения? А вот это — отдельная и весьма интересная тема. Дело в том, что коварство сифилиса заключается в длительном инкубационном периоде — времени от момента заражения до момента развития клинических проявлений инфекции. В среднем он продолжается от 3 до 6 недель. Однако возможны вариации, причем, обычно в сторону удлинения. Наиболее частой его причиной служит прием антибиотиков во время инкубационного периода по другим поводам (например, ангина, фурункулез или гонорея). В этом случае инкубационный период может затянуться на 3 и даже 6 месяцев, так как обычные терапевтические дозы антибиотиков недостаточны для истребления бледной тре-

появляется через две недели после введения второй дозы, независимо от вида вакцины и выбранной схемы. При обнаружении присосавшегося к коже клеща его необходимо удалить, обратившись к медработнику. А поскольку не все клещи — переносчики болезней, имеет смысл исследовать живого снятого с пациента клеща. Его помещают в чистую посуду (пробирку, пузырек, баночку и т. п.), в которую надо предварительно положить чуть смоченную водой гигроскопичную бумагу (бумажную салфетку).

Если человек не привит, ему можно ввести человеческий иммуноглобулин против клещевого энцефалита в течение 96 часов после присасывания клеща — при обращении в медицинские организации по показаниям.

Находясь в лесистой местности, надевайте светлую одежду (на ней лучше видно клещей) с длинным рукавом и капюшоном, заправляйте одежду в штаны, а штаны — в носки. Можно применять специальные химические средства защиты от клещей: акарициды (для обработки только верхней одежды — наносить их на кожу недопустимо!), и репелленты (для обработки верхней одежды и кожи с целью защиты от клещей, комаров, мошек).

Нельзя проводить средствами в аэрозольных упаковках обработку одежды, надетой на людей. Одежду раскладывают, обрабатывают и после того, как она подсохнет, надевают. Защитные свойства одежды, обработанной акарицидом, сохраняются до 14 суток. Но дождь, ветер, жара, пот и другие факторы сокращают время действия любого химического защитного средства.

На вопрос отвечала
врач-педиатр,
кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА

понеме, да и не все на нее действуют, но «разгуляться» мешают и инкубационный (скрытый) период болезни продлевают.

Правда ли, что сейчас гонорее лечат одним уколом или одной таблеткой? Можно ли сделать такой укол на всякий случай, если был контакт и нет уверенности в партнере?

Да, неосложненные, «свежие» (то есть не более двухмесячной давности) формы этого заболевания успешно лечат как одной инъекцией, так и одной таблеткой соответствующего антибиотика.

Это все замечательно, однако есть маленький нюанс. Если Вы не уверены в партнере, откуда уверенность, что при контакте с ним можно получить только гонорею и ничего больше? Есть еще такие, не менее «прекрасные» заболевания, как сифилис, хламидиоз, трихомониаз, папилломавирусная, герпетическая инфекции и т. д. Передаются они тем же самым половым путем. На каждого из возбудителей этих инфекций действуют разные препараты, причем, далеко не те, какими лечат гонорею.



Ваше чадо прошло подготовку и в сентябре идет в школу? Его научили писать палочки, считать и познакомили с буквами. Но школьные учителя не знают вашего ребенка и не обязаны оценивать, насколько он созрел для школьного обучения. Это дело родителей. Предлагаем вам ответить на подготовленные психологом Джеральдиной Чейни вопросы, понаблюдать за будущим первоклассником и исподволь, не привлекая внимания, протестировать его. Ведь впереди еще три месяца, значит, есть время, чтобы ликвидировать какие-то пробелы в его развитии.

ОЦЕНКА ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ФУНКЦИИ

1. Владеет ли ребенок основными понятиями (например: правый/левый, большой/маленький, верх/низ, в/из и т. д.)?
2. Умеет ли он классифицировать предметы по их качествам и применению (например: называть вещи, которые могут катиться; назвать одним словом группу предметов: стул, стол, шкаф, кровать)?
3. Может ли малыш угадать концовку незамысловатой истории?
4. В состоянии ли ребенок удерживать в памяти и выполнить как минимум 3 указания: «Надень тапочки, пойди умойся, а потом принеси мне полотенце»?
5. Может ли он соотнести написание заглавных и строчных букв алфавита?

ОЦЕНКА БАЗОВОГО ОПЫТА

6. Брали ли вы с собой ребенка на почту, на рынок, в Сбербанк?
7. Был ли малыш в библиотеке, в деревне (городе), в зоопарке, в музее?
8. Можете ли вы сказать, что регулярно читали ему книжки, рассказывали истории?
9. Есть ли у ребенка любимое занятие?

ОЦЕНКА РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ

10. Может ли ребенок называть

окружающие его предметы?

11. Легко ли он отвечает на вопросы взрослых?
12. Может ли малыш объяснить, для чего служат различные вещи (например, пылесос, щетка, холодильник)?
13. Может ли ребенок объяснить место расположения предметов: на столе, под стулом и т. д.?
14. В состоянии ли малыш связно описать произошедший с ним случай?
15. Четко ли он выговаривает слова?
16. Насколько его речь правильна с точки зрения грамматики?
17. Способен ли ребенок участвовать в общем разговоре, разыграть какую-либо ситуацию?

ОЦЕНКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

18. Выглядит ли ребенок веселым дома и среди сверстников?
19. Верит ли он, что с легкостью освоит какие-то новые навыки (например, завязывание шнурков, езда на велосипеде)?
20. Легко ли малыш переключается с одного занятия на другое?
21. Способен ли ребенок работать (играть, рисовать) самостоятельно, соревноваться в выполнении задания с другими детьми?

ОЦЕНКА УМЕНИЯ ОБЩАТЬСЯ

22. Как быстро ребенок вклю-

ЭКЗАМЕН ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

чается в игру других детей, делится ли с ними игрушками?

23. Соблюдает ли он очередность, когда этого требует ситуация (например, в игре или на горке)?
24. Способен ли ребенок слушать других, не перебивая?

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

25. Хорошо ли ребенок слышит, видит?
26. Способен ли он посидеть спокойно в течение некоторого времени?
27. Развита ли у него координация движений (может ли он играть в мяч, прыгать, спускаться и подниматься по лестнице без помощи взрослого, не держась за перила)?
28. Выглядит ли ребенок бодрым и увлеченным?
29. Увлечет ли он здоровым, сытым, отдохнувшим основную часть дня?

ОЦЕНКА ЗРИТЕЛЬНЫХ ВОСПРИЯТИЙ

30. Может ли ваш малыш найти картинку, непохожую на остальные?
31. Может ли ребенок различать буквы и короткие слова (б/п, кот/год)?

32. Может ли он найти различия на почти одинаковых картинках?

33. Способен ли ребенок разложить по порядку несколько последовательных картинок?
34. Понимает ли он, что читать следует слева направо?
35. Может ли самостоятельно сложить пазл из 15 элементов?
36. Может ли описать, что нарисовано на картинке?

ОЦЕНКА СЛУХОВЫХ ВОСПРИЯТИЙ

37. Может ли ребенок подобрать рифму к слову?
38. Различает ли он слова, начинающиеся на разные звуки, например, лес/вес?
39. Может ли ребенок быстро запомнить небольшой стишок?
40. Способен ли ребенок пересказать любимую сказку, сохранив основную мысль и последовательность действий?

ОЦЕНКА ОТНОШЕНИЯ К КНИГАМ

41. Возникает ли у ребенка желание посмотреть книги самостоятельно?
42. Достаточно ли внимательно и с удовольствием он слушает, когда ему читают вслух?
43. Просит ли ребенок объяснить значение незнакомых слов, старается ли их запомнить и употребить?

ПОДВЕДЕМ ИТОГИ

● Если почти все ваши ответы утвердительны, вас можно поздравить. Ваш ребенок готов к школьному обучению, ему будет несложно учиться, ему удастся легко наладить отношения с одноклассниками и учителями.

● Если вы больше чем на 10 вопросов ответили отрицательно, то это серьезный повод задуматься. Проанализируйте те вопросы, на которые вы не смогли ответить положительно, чтобы узнать, какие промахи в воспитании своего ребенка вы допустили, какие пробелы надо устранить, чтобы ребенку было проще учиться в школе.

Подготовила Галина УШАКОВА



На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ

своих близких и живут в каком-то «своем» мире.

Физически мы выдержим все, но морально осознавать, что твоя мать не видит в тебе родного человека, страшно. От матери остается только ее оболочка, а содержание — уже совершенно чужого человека.

Часто эти люди — наши родители — не могут ни исповедаться, ни причаститься. Что делать нам, их детям? Мы молимся за них, но болезнь неизлечима.

С церковной точки зрения, если человек заболевает какой-то такой болезнью, с которой самостоятельно справиться не может и ему необходима помощь окружающих его людей, то можно сделать вывод, что Господь счел неправильной жизнь не только болящего, но и всей его семьи. В первую очередь необходимо к больному призвать священника, засвидетельствовать ему, что при жизни он был православным (или нет), и священник примет решение на месте, какое таинство над человеком можно совершить.

Принимая во внимание то, что Господь через болезнь родственника обращает внимание и на Вас, Вам нужно молиться не только о боля-

щем человеке, но и просить Бога за себя. Главное — чтобы Господь открыл Вам, что в жизни Вы сделали неправильно.

Мой отец неизлечимо болен — у него отказывают почки. Мы нашли для него донора, врачи провели обследование, но отец — человек верующий, и он боится, что поступит неправильно с точки зрения православия. Не могли бы вы подробно написать, как относится Церковь к пересадке органов?

Подробно очень долго. А кратко можно сформулировать так. Если с медицинской точки зрения пересадки органа не избежать, то операцию необходимо сделать. Но перед этим исповедаться и причаститься, испросив у священника благословения.

Я в браке 3 года. Детей нет. Замуж вышла не по любви, а по привычке. Муж меня очень любил, знала его с детства, и все родные и близкие как бы помолвили нас, когда нам было всего по 8 лет. Три месяца назад я встретила мужчину, которого полюбила по настоящему. Что делать, не знаю. Мы жить не можем друг

без друга. Мужа я не люблю, но мне его очень жалко. А самое главное — мы венчаны. Могу ли я развенчаться, ведь жить без любви нельзя, да и детей иметь от нелюбимого человека не хочу.

Начнем с того, что Вы не имели права выходить замуж и, тем более, венчаться с Вашим мужем, потому что обязательное условие вступления в брак — взаимная любовь. Именно поэтому указанные Вами причины не являются уважительными для того, чтобы церковь благословила Вас выйти второй раз замуж. Конечно, в двух словах не объяснишь, но теперь Вам остается только просить Бога, чтобы Господь дал Вам возможность достойно принять все то, что встретится Вам в семейной жизни. Подробно изучить вопрос о вступлении в брак и венчании можно на официальном сайте РПЦ в разделе «Документы о семье и верности». Также можно найти в книжном издании РПЦ документы, принятые Священным синодом в 2011 году. Именно этими документами руководствуются священнослужители, допуская совершение брака или нет.

Напишите, пожалуйста, как церковь относится к празднику 8 Марта. Заменяет ли его Православный праздник Петра и Февронии, который недавно стали отмечать в нашей стране как День любви и семьи?

На празднику 8 марта церковь относится лояльно. Если вы человек верующий, то, наверняка, знаете, что церковь поздравляет женщин в день святых жен-мироносиц (вторая седмица по Пасхе).

А день Петра и Февронии — праздник всех, кто находится в законном браке.

Сейчас очень распространена болезнь Альцгеймера, когда пожилые люди не узнают

Православный календарь на июнь (новый и старый стиль)

1 июня / 19 мая — Отдание праздника Преполовления Пятидесятницы. Блгв. вел. кн. Димитрия Донского

6 / 24 — Блж. Ксении Петербургской

7 / 25 — Третье обретение главы Предтечи и Крестителя Господня Иоанна

8 / 26 — Отдание праздника Пасхи и предпразднство Вознесения Господня

9 / 27 — Вознесение Господне

14 / 1 июня — Прав. Иоанна Кронштадтского

17 / 4 — Отдание праздника Вознесения Господня

18 / 5 — Троицкая родительская суббота. Поминование усопших

19 / 6 — День Святой Троицы. Пятидесятница

20 / 7 — День Святого Духа

25 / 12 — Отдание праздника Пятидесятницы

27 / 14 — Начало Петрова поста.

КРАСОТА с зеленым чаем



О пользе зеленого чая для здоровья написано немало. Сегодня мы предлагаем использовать его исключительно для красоты. Этот замечательный продукт является мощным антиоксидантом и обладает свойствами защиты от вредного воздействия солнечных лучей, помогает замедлить старение кожи и активно борется с его проявлениями.

Лимон, который прекрасно сочетается с зеленым чаем, тоже вносит свою лепту в поддержание женской красоты. Это кладовая витамина С, который активизирует производство коллагена, сужает поры и освежает кожу. К тому же, в лимонах содержится лютеин, а он усиливает действие природных антиоксидантов, помогает бороться со старением и создает дополнительную защиту от ультрафиолетовых лучей.

Побалуйте себя домашними средствами для лица, волос и тела, приготовленными из зеленого чая.



ОСВЕЖАЮЩИЙ СПРЕЙ ДЛЯ ТЕЛА

Этот спрей можно брать с собой на занятия фитнесом, чтобы использовать в качестве освежающего средства после тренировки. А можно пользоваться им в любое время, когда хочется почувствовать себя бодрее.

Вам понадобятся:

- 1 пакетик зеленого чая
- 0,5 огурца
- сок 0,5 лимона
- 2-3 капли эфирного масла мяты – по желанию.

Заварите чай в стакане кипятка, дайте остыть. Натрите огурец на мелкой терке и отожмите сок через марлю. Выдавите сок лимона. Смешайте чай, огуречный, лимонный сок, добавьте мятное масло. Хорошо перемешайте и вылейте смесь в бутылочку с пульверизатором. Храните средство в холодильнике не более недели.

ГЕЛЕВЫЕ ПОДУШЕЧКИ ДЛЯ ГЛАЗ

Эти спа-подушечки помогут уменьшить отеки под глазами, избавиться от темных кругов и освежить кожу век.

Вам понадобятся:

- формочки от шоколадных конфет или для льда
- 1 ч. ложка зеленого чая
- 0,5 ст. ложки желатина
- 1 ч. ложка лимонного сока
- 0,5 стакана кипятка.



Заварите чай указанным количеством кипятка и дайте остыть. Добавьте лимонный сок, желатин и оставьте на полчаса для набухания. Нагрейте смесь, помешивая, на медленном огне до полного растворения желатина, разлейте по формочкам и поместите в холодильник минимум на три часа.



Применяйте подушечки всякий раз, когда вы хотите избавиться от следов усталости, темных кругов и отеков, чтобы выглядеть свежей и отдохнувшей. Для этого положите подушечки на область под глазами и подержите около трех минут. После этого ополосните лицо прохладной водой и нанесите увлажняющий или питательный крем.

СКРАБ ДЛЯ ТЕЛА

Великолепный скраб для тела сделает вашу кожу нежной, мягкой и эластичной.

Вам понадобятся:

- 2 пакетика зеленого чая
- 1,5 стакана сахара
- 0,5 стакана кипятка
- 2 ст. ложки растительного масла (оливковое, льняное или подсолнечное — зависит от ваших предпочтений).



Заварите один пакетик в указанном количестве кипятка и дайте полностью остыть.

Смешайте в мисочке сахар, масло и содержимое второго пакетика чая. Добавьте понемногу заваренный чай и размешивайте, пока смесь не станет похожей на мокрый песок.



Вам понадобятся:
2 ст. ложки остывшего заваренного зеленого чая
0,5 ч. ложки свежевыжатого лимонного сока
щепотка куркумы.



Хорошенько смешайте в мисочке все ингредиенты. Нанесите маску ватным тампоном на кожу лица. Подождите 3 минуты и нанесите смесь повторно. Когда маска высохнет, нанесите следующую порцию. Нанеся все средство, оставьте маску на 10 минут. После чего смойте водой и промокните лицо полотенцем. Нанесите на лицо увлажняющий крем.

ТОНИК ДЛЯ ЛИЦА (ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ)

Если вашей коже необходимо дополнительное увлажнение, попробуйте этот замечательный тоник.



Вам понадобятся:

1 ч. ложка зеленого чая с жасмином
2 капли эфирного масла лимона
5 капель масляного раствора витамина Е.

Заварите в стакане кипятка чай, дайте остыть, добавьте эфирное масло лимона и масляный раствор витамина Е. Хорошенько смешайте, вылейте в баночку или флакон и поместите в холодильник. Утром и вечером протирайте лицо ватным тампоном, смоченным лосьоном.

Перед употреблением хорошенько его взболтайте.

ОПОЛАСКИВАТЕЛЬ ДЛЯ ВОЛОС

Вы устали бороться с выпадением волос? Просто вы еще не опробовали этот ополаскиватель, укрепляющий волосы и стимулирующий их рост.

Вам понадобятся:

0,5 л воды
3 ст. ложки листового зеленого чая
1 лимон
15 капель эфирного масла лимона.

Сотрите на терке цедру с одного лимона, поставьте воду на огонь и добавьте к ней цедру. Когда вода закипит, добавьте указанное количе-



ство чая и накройте кастрюльку. Дайте остыть примерно до 35°. Теперь добавьте выжатый из лимона сок и эфирное масло. Процедите через марлю, и ваш ополаскиватель готов. Используйте средство раз в неделю после мытья головы.

Регулярно применяя эти средства, собравшие в себе все прекрасные свойства зеленого чая и являющиеся достойной заменой дорогих процедур в салонах, вы сможете надолго сохранить молодость, здоровье и красоту вашей кожи и волос.

Подготовила Марина ГРУЗДЕВА

Переложите полученный скраб в стеклянную баночку и закройте крышкой. Храните в холодильнике в течение трех недель.

Нанесите скраб на распаренную кожу (после ванны или бани), аккуратно помассируйте, оставьте на две минуты, после чего смойте водой. Применяйте скраб не чаще одного раза в неделю — при чувствительной коже, и не чаще двух раз — при жирной.

МАСКА ДЛЯ ЛИЦА

Эта маска поможет выровнять цвет лица и насытит кожу полезными антиоксидантами. Куркума, входящая в состав маски, обладает естественными противовоспалительными свойствами, что помогает предотвратить появление прыщей, а также осветлить пигментные пятна, веснушки, шрамы и покраснения на коже.



КОНСКИЙ КАШТАН

Aesculus hippocastanum L.

витамины С, К, В₁ и В₂, каротиноиды и жирное масло. Биологически активные вещества, содержащиеся в различных частях растения, уменьшают проницаемость кровеносных сосудов, снижают вязкость крови, увеличивают тонус вен, особенно при сниженной венозной проходимости.

В народной медицине отвар и настой коры применяют при варикозном расширении вен, геморрое, язвах голени, возникающих при спазме вен. Измельченные семена используют в качестве болеутоляющего и ранозаживляющего средства при ожогах, фурункулах и гнойниках.

Горячий настой листьев применяют для лечения кожных заболеваний, ревматизма и предохранения кожи от солнечных ожогов.

Отечественный препарат «Эсфлазид», который содержит эсцин из семян и флавоноиды из листьев конского каштана, применяют при флебитах, тромбозах, геморрое. Водно-спиртовой экстракт из семян каштана — эскузан, производимый в Германии, применяют как венозотонизирующее и антитромботическое средство.

● **При ревматических болях в мышцах** полезно принимать ванны с молодыми плодами каштанов. Для общей ванны взять 1-1,5 кг измельченных молодых каштанов, залить 5 л воды и варить 30 минут, затем процедить и добавит в ванну.

● **При рините** 1 ч. ложку измельченной коры конского каштана залить 2 стаканами холодной кипяченой воды, настаивать в течение 8 часов, затем процедить и принимать по 50 мл 4 раза в день до еды.

● **При геморроидальных кровотечениях** 50 г коры каштана заливают 1 л воды, кипятят 30 минут на водяной бане и используют для сидячих ванн, если шишки снаружи.

Для этой же цели готовят настойку: 50 г плодов измельчают, заливают 300 мл спирта, настаивают в течение 12 дней. Процеживают и пьют по 1 ст. ложке перед едой.

● **При нарушениях отделения желчи, хронических расстройствах пищеварения, а также при кашле и заболеваниях верхних дыхательных путей** готовят отвар плодов и листьев каштана: надо взять по

5 г измельченного сырья, залить 1 стаканом горячей воды, кипятить в закрытой эмалированной посуде на водяной бане 30 минут, процедить горячим через 2-3 слоя марли и довести кипяченой водой до исходного объема. Принимать в первые 2 дня по 1 ст. ложке 1 раз в день, в последующие (при хорошей переносимости) — по 1 ст. ложке 2-3 раза в день после еды.

● **При нарушении желчеотделения** готовят отвар плодов и коры: 10 г сухого измельченного сырья на 1 стакан горячей воды, кипятить 30 минут, процедить горячим, отжать, кипяченой водой довести объем до исходного. Принимать по 1 ст. ложке 2-3 раза в день после еды.

● **При заболеваниях суставов** используют растирку: 50 г измельченных плодов, цветков и коры заливают 0,5 л водки, настаивают 2 недели, затем процеживают.

● **При тех же заболеваниях в виде повязки** на ночь к больным местам прикладывают раздавленный плод каштана.

● **При ревматических и артрических болях** используют в качестве растирки настойку сушеных цветков каштана (40 г на 1 л спирта).

● **При гипертонии, заболеваниях сердца, сосудов, атеросклерозе, а также для профилактики тромбозов и эмболий** принимают настой: вечером 2 ст. ложки цветков заливают 0,5 л кипятка (в термосе), утром процеживают и все количество настоя выпивают в течение суток.

● **Для лечения послеродового тромбоза** 10 г цветков или семян конского каштана раздробить и настаивать в 100 мл водки в темноте, периодически взбалтывая эту смесь, в течение недели. Затем процедить и принимать по 20 капель 3 раза в день до еды.

● **При расширении вен на ногах и опухании геморроидальных шишек** принимают сок из свежих цветков каштана по 25-30 капель на 1 ст. ложку воды 2 раза в день. Если болезнь не запущена, после длительного применения сока из цветков конского каштана шишки исчезают.

● **При хрупкости и повышенной проницаемости капилляров** рекомендуют принимать сок из свежих цветков каштана по 20-25 капель 3 раза в день до еды или настойку (50 г цветков или порошка из плодов на 0,5 л водки — настаивать 2 недели) по 30-40 капель 3-4 раза в день до еды.

● **При климактерических кровотечениях** принимают свежий сок цветков по 30 капель на 1 ст. ложку воды утром и вечером.

Лилия ГЛЕБОВА

М

огучее дерево, достигающее высоты 25 м, с густой округлой или пирамидальной кроной. Листья — пальчато-сложные, в общем очертании округлые, очень крупные, диаметром до 25 см, с черешками, длина которых достигает 20 см. Почка конского каштана яйцевидные, крупные, длиной до 2,5 см, клейкие, с кожистыми чешуями темно-бурой окраски.

Цветки собраны в крупные густые многоцветковые пирамидальные соцветия-метелки длиной от 10 до 30 см, стоящие вертикально. Плод конского каштана — шаровидная зеленая коробочка диаметром от 3 до 8 см, раскрывающаяся 3 створками, усаженными колючими шипами. В каждом плоде одно крупное блестящее семя коричневой окраски, шаровидной слегка сплюснутой формы, диаметром 2-3 см. Цветет в условиях России в мае-июне, одновременно с распусканием листьев. Плоды созревают в сентябре-октябре.

Конский каштан и каштан настоящий относятся к разным ботаническим семействам. Последний встречается дикорастущим в лесах Кавказа и разводится в основном в южных районах европейской части России. У него съедобные плоды. У конского каштана никакие части в пищу не употребляют.

Лекарственным сырьем служат кора, листья, цветки и плоды. Кору заготавливают во время сокодвижения с 3-5-летних ветвей, цветки — во время цветения, листья — в конце июня — начале июля. Плоды собирают зрелыми. Кору, листья и цветки сушат в тени, плоды — на солнце или в сушилке при температуре 50-60°. Хранят в закрытой таре до года.

Кора, листья, цветки и плоды содержат триптерпеноиды, сапонины, фенолы, фенолкарбоновые кислоты, катехины, дубильные вещества, кумарины, флавоноиды, альдегиды,



Цветники бывают разные – в зависимости от желания хозяина, его вкуса и возможностей. Некоторые большую часть участка отводят цветам, у кого-то цветы украшают только парадные места: вход, место отдыха, фасад здания. Кто-то любит однолетние растения, яркие, нарядные и цветущие все лето, другие делают ставку на многолетники, требующие меньше ухода.

Цветники

Участок, занятый крупномерными растениями — такими, как георгин, рудбекия (золотой шар), гладиолус, дельфиниум — поражает буйством красок. Но такой цветник имеет и отрицательные стороны. Высокие растения склонны заваливаться в разные стороны и даже полегать от ливней и сильного ветра. К ним ставят опоры, подвязывают их, а это не добавляет красоты. Высокие растения закрывают друг друга, «съедают» перспективу, закрывают участок.

Для цветника лучше подобрать более низкие растения, оставив для высоких дальние уголки. Желательно иметь на участке как многолетние, так и однолетние растения. В этом случае весь участок легко просматривается. Устраивая цветочно-декоративные композиции, можно идти двумя путями: множество мелких композиций, разбросанных вдоль дорожек, или общая композиция, объединяющая весь участок.

Для композиций следует использовать не только цветущие растения, но и декоративно-лиственные: папоротник, аспарагус, клещевину, антирринум.

ЛЬВИНЫЙ ЗЕВ, ИЛИ АНТИРРИНУМ

Сажая однолетние долго цветущие растения (петунья, агератум, или долгоцветка, табак, вербена), нельзя забывать о таком растении как антирринум, или львиный зев. В культуре известен антирринум высотой не более 30 см. Крупные цветки собраны в кистевидные соцветия различной окраски: белой, множества оттенков розовой, желтой, красной и оранжевой. Кисти могут быть двух- или трехцветные. Интересна форма цветка, напоминающая мотыльковую (как у бобовых, только гораздо крупнее). Цветение очень продолжительное — с июля до заморозков. Растение неприхотливое, морозостойчивое, растет на любых почвах и благодарно отзывается на любой уход.

Выращивают антирринум рассадой, высевая семена в марте. Высаживают в открытый грунт в начале мая на расстоянии между растениями 20–30 см.

Есть много сортов, например: Аляска (с белыми цветами), Эльдorado (с лимонно-желтыми), Дефианс (с ярко-оранжевыми), Либесглют (с темно-красными).

Львиный зев можно выращивать в теплице для составления букетов. В срезке цветы сохраняют свою свежесть от 7 до 10 дней.



Ваш сад МАЙСКИЙ ЖУК, ИЛИ МАЙСКИЙ ХРУЩ

В конце апреля и начале мая, когда деревья покрываются молодой листвой, внезапно появляются целые стаи майских жуков. Эти жуки считаются злостными вредителями, так как повреждают и плодовые, и лесные породы деревьев. В нашей стране встречаются два вида майского жука: западный и восточный.

Западный хрущ занимает лесостепную зону европейской части страны, Северную Украину и Полесье.

Восточный хрущ распространен в Сибири, Забайкалье, Казахстане. Внешне они мало чем отличаются, но восточный немного меньше западного, который имеет длину 3–3,5 см.

Окраска жука коричневая и буро-красная. Западный хрущ предпочитает сливу и дуб, а восточный поедает листья дуба, березы, клена, тополя, ивы, а также плодовых деревьев: яблони, сливы, черешни.

Взрослые жуки не так страшны, как их «малютки»-личинки. Они живут в земле 3–4 года и сначала питаются гумусом, часто скапливаясь в перепревшем навозе.

Взрослая личинка майского жука достигает 3–5 см длины. Она белого цвета с шестью желтоватыми ножками, изогнутая, толщиной до 1 см. Повзрослевшие личинки расползаются в другие места и питаются 2–3 года корнями древесных и овощных растений. Поврежденные растения слабеют и со временем гибнут. В зимнее время личинки уходят в землю до глубины 1–1,5 м.

Каждая самка за сезон откладывает в землю на глубину пахотного слоя (25–30 см) до 100 яиц.

Жуки живут на деревьях весь май, питаются их листьями. При большом количестве жуков на деревьях остаются только жилки от листьев. Массовый лет жуков начинается после захода солнца, с наступлением сумерек. К полуночи лет прекращается.

Чтобы уберечь свой сад от личинок майского жука, при использовании перегноя в малых количествах, следует просеивать его через решето, а собравшихся в решете личинок высыпать на ровную открытую поверхность — птицы быстро их склюют. На больших полях личинок склевывают грачи.

Для борьбы с майским жуком применяют опрыскивание химикатами.

Деревья опрыскивают энтобактерином — препаратом, безвредным для людей и животных.

Иногда жуков стряхивают с деревьев и сжигают.

Подготовила
Елена ФРОЛОВА



ПОГОВОРИМ О ВЫРАЩИВАНИИ ПОМИДОРОВ

Если дачники сажают на своем участке не только зелень и цветы, значит, там обязательно будут огурцы и помидоры. С огурцами меньше проблем, а помидоры, как правило, требуют и внимания, и ухода. О некоторых хитростях выращивания помидоров мы и хотим сегодня поговорить.

ПОСАДИТЕ ИХ В КАНАВКУ

Вы не успели, и рассада помидоров вытянулась так, что ее придется сажать в очень глубокую лунку, иначе ветер сломает тонкий длинный стебель? Не надо копать лунки до центра Зем-



ли. Помидоры будут долго отращивать новые корни, потому что до имеющихся вода не дойдет даже при самом обильном поливе.

Лучше посадите помидоры в канавку. Выройте на грядке канавку глубиной 15-20 см и укладывайте рассаду переростка по диагонали так, чтобы на поверхности осталась верхушка растения с нужной длиной стебля. Каждый положенный в канаву куст рассады следует сразу за-

сыпать землей, это поможет выдержать расстояния между кустами. При такой посадке корни растений будут на той же глубине, что и посаженные в лунки, а присыпанные землей стебли дадут дополнительные корни.

ВНИМАНИЕ! При поливе не забудьте, что корни растений находятся не под самим растением, а чуть в стороне. Поливайте помидоры по всей длине канавки, а не под каждый куст.



ОБРАТНОЕ МУЛЬЧИРОВАНИЕ

Обычно принято мульчировать лунки помидоров, чтобы при поливе влага не испарялась. Но еще лучше работает обратное мульчирование. Если у вас есть возможность достать мелкие древесные опилки — у вас будет идеальная мульча. Засыпьте опилками грядки с помидорами, оставляя свободными только небольшие лунки. Так вам будет проще поливать растения. Тень от кустов не даст влаге испаряться. К тому же при поливе далеко не вся вода попадает прямо в лунку. Все, что разли-

лось вокруг, так же как и просочившаяся сквозь мульчу дождевая влага, будет дополнительно увлажнять корни растений, так как мульча не даст влаге испаряться.

У обратного мульчирования есть еще плюсы: не надо рыхлить почву на грядках после каждого полива и дождя, удобно ходить между растениями, гораздо меньше сорняков, потому что им сложнее пробиться сквозь мульчу.

Опилки по осени можно будет сгрести граблями и отправить в компост или, если у вас на огороде тяжелая плотная почва, перекопать ее осенью вместе с опилками, она станет более рыхлой и легкой.

НАЧАЛО ПОСПЕВАНИЯ

Как только первые помидоры

начали спеть, уложите вокруг ствола слой компоста или перегноя. При поливе полезные вещества, содержащиеся в компосте, будут растворяться, просачиваться в почву и питать растение, которому требуется много сил для одновременного завязывания новых плодов, роста уже завязавшихся и их поспевания. Как только покраснеет первый помидор, верхушку куста лучше отломить, чтобы прекратить процессы роста зеленой массы и завязывания новых плодов. Вот и вся хитрость, а помидоры будут крупнее и спеть будут быстрее.

ВМЕСТО ОКУЧИВАНИЯ

Некоторые огородники с началом активного роста плодов и их поспевания вместо привычного окучивания обкладывают кусты

помидоров и пространство между кустами соломой, а сами кусты подвязывают к опорам.

Слой рыхлой соломы не даст влаге испаряться, сохраняя при этом отличную вентиляцию почвы.

МЕНЯЙТЕ МЕСТО

Знатоки советуют не сажать помидоры на одном месте больше двух лет подряд. Смена места предохраняет томаты от заражения такими болезнями, как гниль и фитофтора. А, вообще, в идеале, менять место выращивания культур на участке надо каждый сезон.

Попробуйте следовать нашим советам, если они вам понравились.

НЕНУЖНЫХ ШЛАНГОВ НЕ БЫВАЕТ

Рано или поздно даже самые прочные водопроводные шланги приходят в негодность. Вместо того чтобы выбрасывать их, приложите немного усилий и дайте им вторую жизнь. Кроме шлангов, вам понадобятся еще пластиковые хомуты для скрепления витков шланга.

● Половичок у двери лучше смотрится полукруглым, а для летней кухни — овальным.

● Корзину для овощей, хранения полотенец или предметов гигиены можно сделать с двумя ручками, если шланг гибкий, или с одной, если он прочный и плохо гнется.

● Из небольшого разрезанного вдоль куса шланга получится отличный держатель для полиэтилена, когда вы будете открывать для проветривания свою тепличку.

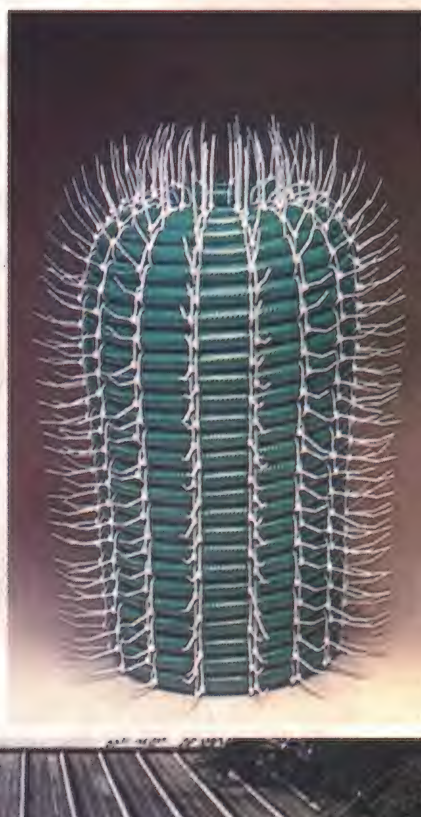
● Пришедшие в негодность дверцы от старого кухонного стола-тумбы легко заменить отрезками шланга. Скрепите уголками деревянные рейки, прикрутите к ним петли и прибейте с обратной стороны отрезки шланга. Останется только заново выкрасить стол, и он будет служить вам еще не один год.

● Вечный кактус, не требующий полива, украсит собой не только ваш сад, но и городскую квартиру. Оберните шлангом пятилитровую пластиковую емкость, связывая витки длинными белыми хомутами, чтобы остались хвостики — имитация иголок кактуса.

● Выкрашенные в яркие цвета старые крышки от ведер и кастрюль, подносы и блюда, отрезки шланга — и вот неприглядную стену вашего сарая украшает цветочная клумба с невянущими цветами.

● Свернув пополам и связав пучком несколько отрезков шланга, вы получите необычную забавную вазу для живых цветов. В одно отверстие шланга помешайте не более одного цветка и не забывайте подливать воду.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА



22 К вашему столу

ЯИЧНЫЕ МАФФИНЫ

Если у вас есть форма для маффинов, вы можете быстро приготовить горячий вкусный завтрак.

На один маффин идет 1 яйцо, 1 ст. ложка тертого сыра, 1 ст. ложка порезанного зеленого лука, соль или приправа с солью (по выбору). По желанию можете добавить порезанную колбасу, ветчину, отварное мясо, свежую зелень, кусочки припущенных овощей.

Разогрейте духовку, яички формы с помощью кисточки смажьте растительным маслом. Выложите на дно ячеек твердые ингредиенты. Яйца вместе с сыром, приправой или солью взбейте венчиком и разлейте по ячейкам, чтобы они оказались заполненными на три четверти. Выпекайте, пока маффины не поднимутся и немного не подрумянятся.

Если такое количество яиц вы считаете излишним, замените заливку. На форму для 12 маффинов смешайте 2 яйца, по 0,5 стакана куриного бульона и молока, 0,5 стакана муки. Все это хорошенько взбейте блендером, посолите, поперчите и залейте этой смесью ячейки формы. Маффины получатся более плотными.

И те, и другие маффины можно после остывания запечатывать в полиэтиленовые пакеты и хранить в холодильнике в течение 5-7 дней, разогревая по мере надобности в микроволновке.



ЧЕСНОЧНО-СЫРНЫЙ ХЛЕБ

Приготовьте из 1 кг муки плотное дрожжевое тесто, дайте ему подняться, раскатайте на подпыленной мукой поверхности в колбаску диаметром 3-4 см, порежьте на кусочки и накройте полотенцем, чтобы они немного подошли.

Смешайте 0,5 стакана растительного масла с черным молотым перцем и измельченными сухими травами по выбору. Выложите в масло кусочки теста, аккуратно перемешайте, всыпьте 0,5 стакана натертого на средней терке сыра и еще раз перемешайте.

Выложите кусочки теста в смазанную маслом форму, посыпьте еще 0,5 стакана сыра, накройте полотенцем и дайте немного подойти. Выпекайте в разогретой духовке до готовности теста.

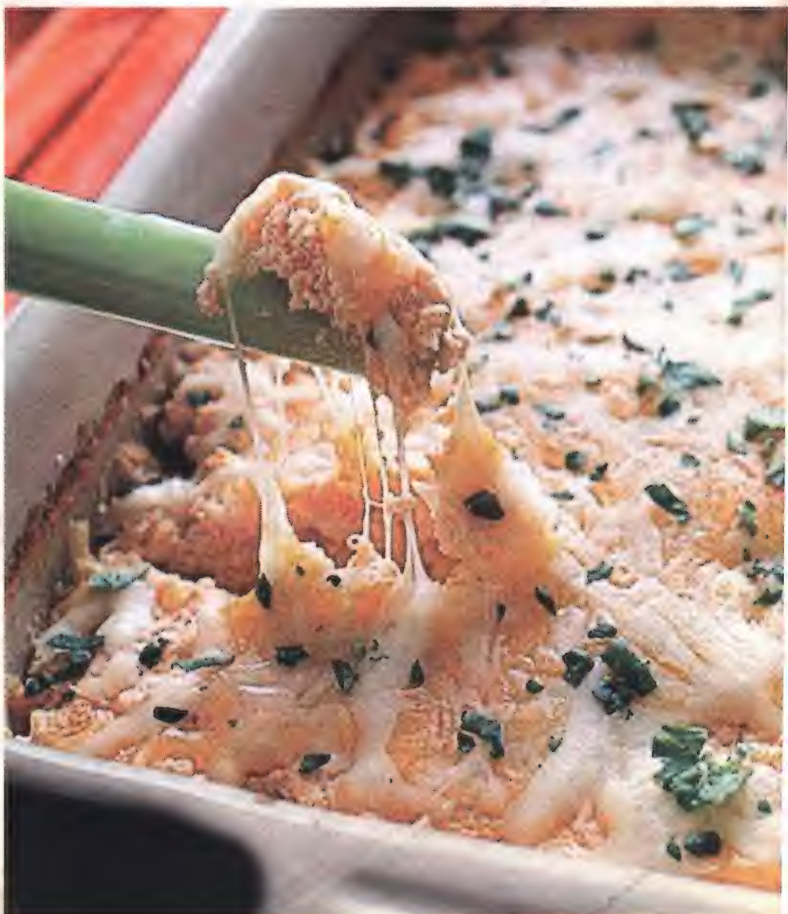
Таким же способом — в масле с сыром — можно приготовить клецки, разогреть остывшие пельмени или вареники.



СЫРНЫЙ ДИП

Во многих странах готовят густые многокомпонентные холодные и горячие соусы, которые подают как закуску вместе с крекерами, хлебными палочками, наггетсами, гренками, черешками сельдерея. Если вам нравится такая еда, попробуйте горячий сырный дип с креветками.

Измельчите 2 стакана сваренных и очищенных креветок. Смешайте 120 г мягкого сливочного сыра с 0,5 стакана густой сметаны, 0,25 стакана натертого на крупной терке полутвердого сыра, 0,5 стакана готового сырного или горчичного соуса и 1 ч. ложкой белого винного уксуса. Добавьте в эту смесь креветки, перемешайте и выложите в смазанную маслом форму. Готовьте в разогретой духовке 20-25 минут, затем посыпьте сверху еще 0,5 стакана натертого сыра и держите форму в духовке, пока верхний слой сыра не расплавится. Готовый дип посыпьте измельченной зеленью петрушки и подавайте горячим.



ЛОСОСЬ С ЛИМОНОМ

Порежьте филе любой красной рыбы порционными кусками весом около 200 г, обсушите, сделайте глубокие надрезы, не дорезая до кожицы. В каждый надрез положите по 0,5 кружка лимона и по 1 ч. ложке измельченной петрушки. Посолите подготовленные куски рыбы, переложите в смазанную маслом форму, накройте фольгой и запекайте в разогретой духовке 20 минут, затем снимите фольгу и готовьте еще 5 минут.

Приготовьте соус: пучок мелко порезанного укропа соедините с 2 ст. ложками готовой горчицы, 0,5 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложкой холодной кипяченой воды, добавьте по вкусу жидкий мед и хорошо перемешайте.



23

СУП С ГРЕНКАМИ

Тонко порежьте 4 средние луковицы и пассеруйте на растительном масле, пока лук не станет светло-коричневым. Порежьте на пластинки 200 г шампиньонов и немного обжарьте их вместе с луком, добавьте в сковороду 3 ст. ложки муки, все перемешайте, залейте 1 стаканом куриного или говяжьего бульона и хорошенько перемешайте, чтобы не было комочков муки. Переложите содержимое сковороды в толстостенную кастрюлю, долейте 4 стакана бульона, добавьте порезанное кусочками мясо из бульона, 0,25 ч. ложки белого перца, посолите по вкусу и доведите при постоянном помешивании до закипания. Варите суп на самом слабом огне, периодически помешивая, около 30 минут.

Приготовьте гренки из расчета по одной на порцию. Посыпьте тертым сыром ломти багета или чиабатты и запекайте их в духовке, чтобы сыр расплавился, а хлеб подрумянился. Готовый суп разлейте по порционным горшочкам, в каждый положите рубленую зелень, а сверху — по гренку.



ЗАПЕЧЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ

Смешайте по 3 ст. ложки сливочного и растительного масла. Смажьте этой смесью дно и бока круглой формы для запекания. Очищенный картофель порежьте на тоненькие круглешки. 4-5 штук лука-шалот порежьте кружками. Вертикально по кругу выложите в форму картофель, воткните по всей поверхности кружки лука, посыпьте солью и хлопьями сухой паприки, смажьте оставшимся маслом и запекайте в разогретой духовке в течение 1 часа. Посыпьте сухим чабрецом и запекайте картофель до полной готовности и образования румяной корочки.



ДИЕТИЧЕСКИЙ ОМЛЕТ

Пропустите через мясорубку 300 г любого отварного мяса, выложите его в смазанную маслом форму для запекания. Взбейте 6 яиц с солью и черным перцем. Залейте яйцами мясо, по желанию добавьте зелень и воткните в омлет несколько лавровых листиков. Запекайте в разогретой духовке до готовности.



ЗАПЕЧЕННЫЕ ТЕФТЕЛИ

Пропустите через мясорубку 0,5 кг мяса курицы или индейки, 0,5 кг свиной грудинки, 3 ломтика булки, предварительно замоченных в молоке и отжатых, 1 луковицу, 1 зубок чеснока. Посолите и поперчите фарш, добавьте 1 ч. ложку растительного масла, 1 сырое яйцо и 3 ст. ложки мелко порезанной зелени петрушки. Все перемешайте и сформируйте небольшие тефтели. Выложите их на смазанный маслом противень. Размешайте 2 ст. ложки томатной пасты с 1 ст. ложкой растительного масла и нанесите смесь кисточкой на тефтели. Можно в несколько слоев. Запекайте тефтели в разогретой духовке до готовности.



КЕБАБ

Пропустите через мясорубку 200 г мякоти баранины, 1 куриное филе, кусочек свежего имбиря и луковицу. Добавьте к фаршу по 0,5 ч. ложки красного молотого перца, кориандра, тмина или зиры, сушеного манго, если есть, 2 ч. ложки растительного масла, 1,5 ст. ложки сливок, 1,5 ст. ложки измельченных в муку орехов кешью или фундука, 2 ст. ложки измельченного в муку нута и желток. Все хорошенько перемешайте руками, посолите по вкусу. Накройте миску с фаршем крышкой или пленкой и поставьте на 1 час в холодильник.

Деревянные шпажки смажьте растительным маслом и облепите слоем фарша толщиной в 1-1,5 см и длиной около 15 см. Жарьте кебабы на гриле или в духовке, уложив их на сковороду так, чтобы свободные концы шпажек опирались на края сковороды, а кебабы висели над ней. Тогда, в процессе приготовления, их можно будет легко поворачивать.

Перед подачей шпажки можно удалить.



КУРИНАЯ ЗАПЕКАНКА

Опустите в кипящую подсоленную воду рисовые макароны (любые) объемом около стакана, поварите 6 минут и откиньте на дуршлаг. Смешайте 0,5 кг куриного фарша, 3 ст. ложки сырого яичного белка, морковь среднего размера, натертую на крупной терке, небольшую луковицу, 2 измельченных черешка сельдерея, 4 ст. ложки томатной пасты, 1 ч. ложку жидкого меда, 1 ст. ложку куриного бульона или воды, порошок паприки, измельченные сухие листики чабреца, соль и перец — по вкусу. Хорошенько вымешайте смесь руками, добавьте к ней макароны и осторожно перемешайте. Выложите массу в смазанную растительным маслом форму, разровняйте, накройте фольгой и запекайте в разогретой духовке в течение 1 часа, затем снимите фольгу и держите в духовке еще 15 минут. Дайте запеканке остыть минут 20, разрежьте на широкие ломти и подавайте с салатом из свежих овощей.



ШАШЛЫК ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ

Порежьте 1 кг куриной грудки без костей и кожи на небольшие кусочки. Смешайте 150 г сметаны или натурального йогурта, 1 ст. ложку растительного масла, 2 измельченных зубка чеснока, мелко порезанные листики пучка петрушки, 1 ч. ложку куркумы, соль и черный перец — по вкусу. Обмажьте этой смесью кусочки курицы и поставьте их в холодильник на 2 часа. Порежьте кубиками не больше, чем кусочки курицы, красный лук и красный сладкий перец. Нанижите курицу на шампуры, перемежая кусочками лука и перца. Готовьте на открытом огне.



НЕПЕЧЕННЫЙ ПИРОГ С ШОКОЛАДНЫМ ГАНАШЕМ

Растопите на слабом огне 4 ст. ложки сливочного масла. Взбейте 1 яйцо, добавьте к нему 4 ст. ложки порошка какао и 3 ст. ложки сахара, перемешайте, соедините с маслом и, помешивая, держите смесь на огне, пока она не загустеет. Снимите с огня, добавьте 1 стакан миндальной муки, 1 стакан измельченных орехов и кокосовой стружки в произвольной пропорции: либо больше орехов, либо кокоса, 0,5 ч. ложки ванильного экстракта. Все перемешайте и выложите из этой массы основу для пирога с бортиками в круглой разъёмной форме. Поставьте ее в холодильник на 30-40 минут.

Приготовьте крем: смешайте 150 г мягкого сливочного сыра, по 0,5 стакана густых сливок и молока, пакетик сухого пудинга, пакетик ванильного сахара и 0,5 ч. ложки ванильного экстракта. Перемешайте и попробуйте, если покажется, что крем недостаточно сладок, добавьте по вкусу сахарную пудру. Взбейте смесь миксером до полной однородности и воздушности. Выложите крем на основу пирога, разровняйте и поставьте в холодильник на 30 минут.

Приготовьте шоколадный крем (ганаш): в маленькой сковородке растопите при постоянном помешивании 4 ст. ложки сливочного масла, плитку поломанного на кусочки горького шоколада. Когда они превратятся в однородную массу, добавьте 2 ст. ложки порошка какао и 2 ст. ложки сахарной пудры. Все перемешайте и снимите с огня. Дайте ганашу немного остыть и размажьте ровным слоем поверх крема. Держите пирог в холодильнике не менее 1 часа.

ПИРОЖКИ-ПИЦЦЕРЯТА

Смешайте 0,5 кг дважды просеянной муки с пакетиком быстрорастворимых дрожжей, добавьте 0,5 л воды, 50 мл растительного масла, 0,5 ч. ложки соли, 1 ст. ложку сахара и замесите тесто. Оно должно быть эластичным на ощупь. Если потребуется, подсыпьте муки. Выложите тесто в прочный полиэтиленовый пакет, оставьте в нем место в три раза больше, чем занимает тесто, завяжите, но не плотно, а так, чтобы мог выходить образующийся при брожении воздух, и опустите пакет в ведро или таз с холодной водой. Как только тесто увеличится в объеме и всплывет, оно готово.

Выложите его на разделочную доску, посыпанную мукой, и, отделяя небольшие кусочки, раскатывайте их в тонкие кружки диаметром 7-10 см. Каждый кружок по желанию смажьте томатом или кетчупом, на середину кружка уложите ломтик салями или сервелата, кусочек сыра, а поверх него еще один ломтик колбасы. Заверните и защипите края теста, как беляш. Выложите готовые пирожки-пиццерята в смазанную маслом форму защипом вниз. Смажьте их сверху взбитым яйцом, посыпьте натертым на мелкой терке твердым сыром, чесночным порошком и измельченными сухими травами по вашему вкусу. Выпекайте до золотистого цвета.



ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ

Сначала приготовьте посыпку — штрейзель. Смешайте 1 стакан сахара с 0,5 стакана мягкого сливочного масла, 1 ст. ложкой с горкой порошка корицы и 1 стаканом муки. Разотрите все ингредиенты руками, чтобы получилась крошка. Но не вымешивайте долго, чтобы масло не растаяло и штрейзель не стал жестким.

Очистите от кожуры и порежьте ломтиками толщиной 1 см 4 больших кисло-сладких яблока. Приготовьте бисквитное тесто, взбив 4 желтка с 1 стаканом сахара и 1 стаканом муки. Добавьте в тесто яблоки, ванильный экстракт или ванилин. Отдельно взбейте белки и осторожно введите их в тесто, перемешивая сверху вниз. Выложите в смазанную маслом и посыпанную мукой форму тесто с яблоками, а поверх него — слой штрейзеля. Выпекайте в разогретой духовке на среднем огне до готовности.



26 Хозяюшке СУПЕРПРОСТЫЕ КУЛИНАРНЫЕ СОВЕТЫ

Часто самые важные поварские секреты очень просты и не требуют ни специальных навыков, ни особого опыта, их просто надо знать и применять.

СОУС, НЕ ТРЕБУЮЩИЙ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

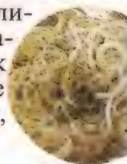
Кусок жареного мяса — это вкусно, но если вы не любите мясо с кровью, а предпочитаете хорошо прожаренное — это довольно сухо. К такому мясу обязательно нужен соус. Самый простой и быстрый способ приготовить его — залить сковороду, на которой вы жарили мясо, небольшим количеством воды, довести ее до кипения и, если надо, подсолить. Можно добавить любимые специи, но и без них соус будет вкусным. А главное — он будет отлично сочетаться с мясом.

Причем, основной плюс этого секрета в том, что для приготовления соуса ничего, кроме воды, не требуется, а вкусный концентрированный мясной сок, осевший на дно сковороды, мы обычно просто смываем в канализацию.



МЕДЛЕННО, ЕЩЕ МЕДЛЕННЕЕ

Как бы вы ни торопились, не старайтесь побыстрее спассеровать лук — ничего не ускорите, а лук снаружи обуглится. Лук следует жарить медленно, чтобы выделившийся в процессе карамелизации сахар не начал гореть, а лук стал мягким не только снаружи, но и внутри.



И КОЖУРА — В ДЕЛО

В кожуре яблок и груш много витаминов. Кожура цитрусовых приятно пахнет и помогает избавиться от моли. А кожуру бананов мы обычно выбрасываем, не задумываясь о том, что и она может пригодиться. Банановая кожура не менее богата калием, чем мякоть банана, и вполне может заменить калийное удобрение. Пока мы еще не перешли на летние ягоды и фрукты, а часто едим бананы, высушите и измельчите кожуру от них, чтобы удобрять свои комнатные и садовые растения.

● Насыпьте в горшок с комнатным растением, красота которого заключается в зеленой массе листьев, 1 ч. ложку измельченной кожуры и перемешайте с верхним слоем почвы.

● Из садовых растений калий больше всего любят розы. Используйте высушенную и измельченную кожуру вместо мульчи вокруг розовых кустов. Не успели запастись кожурой впрок? Просто закопайте свежую кожуру поблизости от куста. Пока будет превращаться в перегной, она насытит почву калием.

● А вот тля не любит бананы. Заройте высушенную или нарезанную свежую кожуру вокруг поврежденных тлей растений на глубину 3-5 см. Вскоре паразиты уберутся восвояси.

У вас нет ни комнатных, ни садовых растений? Тогда используйте кожуру для лечения.

Кожуру 4 бананов залейте 0,5 л водки, дайте настояться 2 недели и используйте для растирания спины и больных суставов.

Подготовила
Валентина ЖИЛИНА

СРЕДСТВО ОТ КОМАРОВ

Вашей местности уже появились комары? Отпугните их запахом корицы. Насыпьте в блюдо 1 ч. ложку порошка и поставьте у кровати на ночь. Комары вас не побеспокоят.



СЕКРЕТНЫЙ ИНГРЕДИЕНТ

Самый секретный ингредиент поваров — обычное сливочное масло. Нет лучшего способа мгновенно улучшить вкус блюда, сделать его более мягким и изысканным, чем добавить в него масло. В блюдах классической французской кухни, например, масло используется очень щедро. Именно французы ввели в моду правило обязательно подавать к столу сливочное масло. Оно так прижилось за века, что даже вошло в этикетные правила сервировки.

Считаете, что масло — это слишком жирно? Замените его на сливки. Они добавляют блюду глубины вкуса и бархатистости текстуры.

ТЕМПЕРАТУРА И ВРЕМЯ ИМЕЮТ ЗНАЧЕНИЕ

Мы не можем представить свою жизнь без чая.

Пробуем то черный, то зеленый, то белый. Сейчас можно купить чай на любой вкус и цвет.

Но знаем ли мы истинный вкус чая?

Ведь по привычке мы кипятим воду в чайнике и

завариваем любой чай кипятком. Да еще даем настояться — для крепости. Неправильное заваривание портит и вкус, и аромат чая, снижая его пользу.

Если вы любите пробовать разные виды и сорта чая, купите чайник, который может не только кипятить воду, но и греть ее до определенной температуры. Выдерживайте температуру заваривания и время. Предпочитаете чай в пакетиках? В этом случае время высчитать очень просто.

Считаете, что настоящий чай только байховый крупнолистовой? Заваривайте чай из расчета: на одну чашку 1 ч. ложка сухого чая. В этом случае время заваривания будет то же, что и для чайного пакетика.

ВЕЩАЛКА ДЛЯ ТРИКОТАЖА

Пришло время носить тонкие джемперы, пуловеры и свитера. Поскольку тонкий трикотаж мнется, вещи из него приходится гладить после стирки. Как аккуратно ни складывая трикотажные вещи, они все равно мнутся. А если тонкий свитер или джемпер повесить на плечики для одежды, то от них останутся следы на плечевых швах и рукавах, особенно если плечики не подходят по размеру.

Предлагаем вешать трикотажную одежду на плечики сверху, как показано на фото. Она будет меньше мяться и вытягиваться.



БЕЛЫЙ ЧАЙ	— t 65-70°	— 1-2 минуты
ЖЕЛТЫЙ ЧАЙ	— t 70-75°	— 1-2 минуты
ЗЕЛЕНЫЙ ЧАЙ	— t 75-80°	— 1-2 минуты
УЛУН (ООЛОНГ)	— t 80-85°	— 2-3 минуты
ЧЕРНЫЙ ЧАЙ	— t 98-100°	— 2-3 минуты
ТРАВЯНОЙ ЧАЙ	— t 100°	— 4-6 минут



ПАРАДНАЯ РУБАШКА В КЛЕТКУ

Даже обычную клетчатую рубашку можно переделать в выходной наряд, если добавить к ней элегантное жабо.

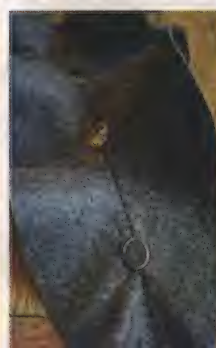
Выберите для жабо довольно плотную ткань, совпадающую по цвету с одним из цветов рубашки. Сложите ткань вдвое и выкроите из нее подобие запятой. Сострочите обе части жабо по внутреннему краю. Если вы выбрали ткань, которая осыпается, оверлочьте или подшейте наружный край. Отгладьте жабо, украсьте его пуговицами и прикрепите под воротник рубашки с помощью булавок.



ЮБКА С ПЛЕТЕНЫМИ БРЕТЕЛЯМИ

Из джинсов, у которых обтрепались края брючин, получится забавная юбочка-сарафанчик.

Отрежьте брючины до нужной вам длины. Распорите внутренние боковые швы и шаговый шов до уровня середины карманов. Из отрезанной и распоротой по внутреннему шву брючины выкроите вставку для переда юбки так, чтобы боковой шов с отстрочкой совпал с отстрочкой на задней половине юбки. Для переда юбки выкроите вставку поменьше. Вшейте вставки, подшейте низ юбки. Из оставшейся брючины вырежьте 6 полосок и сплетите из них две косы, которые будут бретелями юбки. Сзади соедините бретели бантом.





РЮКЗАЧОК С ОБЪЕМНЫМ УКРАШЕНИЕМ

Особую прелесть самому простому рюкзаку-торбе придают объемные мягкие «подушечки», нашитые на наружный карман.

Из подходящих по цвету к ткани рюкзака хлопчатобумажных лоскутов вырежьте кружки диаметром 10 см и сделайте на них наметку по краю. Из ваты скатайте шарики, положите на середину кружков, стяните и закрепите наметку. Так вы получите «подушечки». Их количество зависит от размеров рюкзака. Обычно требуется от 30 до 40 штук.

Из тонкого флиса выкроите полотнища рюкзака (переднее — пошире, заднее — поуже), круглое доньшко, лямки и широкий карман. На карман пришейте «подушечки» так, чтобы они не доходили до боков кармана, иначе рюкзак невозможно будет сострочить. Из любой ткани, которая пошла на «подушечки», выкроите полоски шириной 15 см и длиной, равной ширине полотнищ рюкзака.

Приметайте к переднему полотнищу карман, затем лямки, сострочите оба полотнища и вшейте доньшко. К верхнему краю рюкзака пришейте полоски ткани, пристрочив их сверху и снизу двойным швом. Оставьте между швами расстояние в 2-3 см, чтобы получилась кулиска. Вставьте в нее шнурок подходящего цвета со стопорами. Нарядный и оригинальный рюкзачок готов!

Подготовила Валентина ЖИЛИНА

ЮБКА С МОЛНИЕЙ

Преобразить старую трикотажную юбку можно буквально за полчаса, дополнив ее таким актуальным украшением как застежка-«молния» контрастного цвета.

Приметайте застегнутую тесьму с «молнией» на выбранное место и притачайте на швейной машине.

Откройте молнию и разрежьте ткань на необходимую высоту. Ваша новая юбка готова!



ЗАМШЕВАЯ НАКИДКА С БАХРОМОЙ

Стильный и оригинальный аксессуар станет вашим любимым дополнением к весеннему гардеробу!

Эту накидку можно смастерить из натуральной или искусственной замши. Сначала сделайте выкройку из бумаги. В качестве основы можно взять треугольную косынку, обвести ее контуры на бумаге и закруглить вершину треугольника. Вырежьте получившуюся выкройку, примерьте и, если нужно, проведите необходимые изменения на свой вкус. Теперь вырежьте две детали накидки из замши для основы изделия и одну длинную деталь для бахромы, которую разрежьте на полосы одинаковой ширины, не доходя до края детали – у вас получится тесьма с бахромой. Сшейте вместе две детали изделия, прокладывая между ними тесьму с бахромой, выверните и отстрочите на швейной машине края изделия. Украсьте накидку аппликацией в виде звезд из кожи контрастного цвета.



КОМБИНЕЗОН ИЗ БРЮК

Прекрасная идея для теплого времени года: ваши старые брюки легко и просто превращаются... в новый комбинезон!

- Отрежьте нижние части брюк чуть выше колена и обработайте срезы.
- Стачайте нижние части брюк вместе.
- Пришейте пуговицы с изнаночной стороны пояса, а на верхней детали изделия обработайте петли.
- Пристегните верхнюю часть к нижней и вставьте в сгиб верхней части горловину-петлю, для которой можно использовать ленту, нарядное кольцо-кольцо, кожаный ремешок или шелковый шарф.



БОСОНОЖКИ С БАНТИКАМИ

Поистине дизайнерские босоножки можно сотворить своими руками без особых затрат времени и денег.

● Для начала сшейте из шелковой ткани два бантика нужного цвета и размера. При желании можно поступить проще: купить в магазине два мужских галстука «бабочка» и использовать их.

● Теперь просто проденьте ремешок босоножек в кольцо, стягивающее бантик посередине.

Если сделать несколько бантиков разного цвета и принтов, можно каждый раз менять «внешность» босоножек.



ВМЕСТО ФАТЫ

Для невест, не желающих быть, «как все», и предпочитающих альтернативную свадьбу, понадобятся оригинальные аксессуары. Например, такие, как эти.

БЕЙСБОЛКА подойдет для свадьбы в стиле «байк-шоу». Пришейте к бейсболке кружевные мотивы и бусины, сзади прикрепите тюль подходящего цвета.

ШЛЯПА — великолепный аксессуар для свадьбы в стиле ретро, кантри или диско. Для ретро-свадьбы подойдет шляпа с мягкими полями, которую можно украсить цветами и драпировкой из ткани. Кантри-невеста выберет «ковбойскую» шляпу — ее можно украсить одним ярким цветком спереди. А сверкающая шляпа, украшенная пайетками, великолепно дополнит образ невесты в стиле диско.





ОБОДОК С ОРХИДЕЯМИ И ВУАЛЬЮ

Этот необычный аксессуар пригодится и невестам, и выпускницам, и просто всем желающим пополнить свой арсенал оригинальным украшением.



- Отрежьте от ветки искусственной орхидеи цветы.
- Оклейте ободок лентой и пришейте к нему вуаль.
- Поверх вуали пришейте к ободку цветы.



ЗМЕЙКА ИЗ ЖЕМЧУГА

Великолепное и очень эффектное украшение можно носить и как браслет, и как кольцо.

● В магазине для рукоделия подберите бусины одинакового цвета, но разные по размеру – от самых мелких до крупных. Также вам понадобится тонкая проволока, способная держать форму. Нанижите на проволоку бусины последовательно – от мелких до крупных. Можно прикрепить застежку, а можно обойтись и без нее – если проволока очень хорошо держит форму.



Подготовила Валентина КИРНОС

Размер 46-48. Длина по спинке 50 см (без рюш).

БОЛЕРО С РЮШАМИ

Слегка приталенное болеро с закругленными полочками и рюшами по краям полочек, спинки и горловины — чем не вариант обновки для выхода в теплые и солнечные дни?

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 330 м/100 г) — 500 г; спицы № 3; игла для сшивания, 2 пуговицы Ø 3,5 см.

Узоры: лицевая гладь, платочная вязка, резинка 1 х 1.

Описание работы

Перед (правая полочка): набрать на спицы 20 п. Вязать снизу вверх лиц. гладью, прибавляя со стороны центра переда: 10 раз по 1 п. в каждом р., 10 раз по 1 п. только в лиц. р., 6 раз по 1 п. через 2 р. в 3-м. Таким образом на спицах окажется 46 п. Затем провязать 8 см без прибавок со стороны центра переда.

Через 34 см от начала вязания вывязать пройму. Для этого закрыть 4 п. в одном ряду, затем в каждом следующем ряду сделать по 1 убавлению (4 раза).

Одновременно со стороны бокового шва — от начала вязания до линии талии сделать — 4 убавления через 6 р. После линии талии до линии проймы 4 раза прибавить по 1 п. через 4 р.

Для получения выреза горловины убавлять по 1 п. через 4 ряда, убавив всего 19 п. Оставшиеся 19 п. для плеча связать на нужную высоту и закрыть в 3 приема сокращенными рядами, для чего провязать 12 п. от горловины в сторону рукава, снять 13-ю п. с левой спицы, обернуть вокруг нее рабочую нить, повернуть вязание и связать изнаночный ряд. В следующем ряду провязать 6 п., 7-ю п. снять с левой спицы на правую, обернуть вокруг нее рабочую нить, повернуть вязание и связать изн. петлями сокращенный ряд. Затем связать лиц. ряд, провязывая все петли. В местах сокращения рядов поднимать рабочую нить, обернутую вокруг петель, на левую спицу и провязывать ее вместе со следующей петлей. Закрыть все петли плеча.

Прибавления в начале ряда: снять кром. п., поднять протяжку между кромочной и следующей петлей, вводя спицу в протяжку с задней стороны вязания, поместить ее на левую спицу и провязать перевернутой петлей.

Прибавления в конце ряда: довязать ряд, перед кром. п. поднять протяжку между последней провязанной п. и кромочной, вводя спицу в протяжку с задней стороны вязания, поместить ее на левую спицу и провязать перевернутой петлей.

Левую полочку связать симметрично правой.

Спинка: набрать на спицы 100 п. Вязать снизу вверх лицевой гладью, убавляя с боковых сторон 4 раза по 1 п. через 6 р. Через 20 см от начала вязания со стороны каждого бокового шва сделать 4 прибавления по 1 п.

Через 34 см от начала вязания вывязать пройму. Для этого закрыть 4 п. в одном ряду, затем в каждом следующем ряду сделать 4 раза по 1 убавлению. Оставшиеся 82 п. связать на нужную высоту до линии плеч. Закрыть каждое плечо по отдельности в 3 приема.

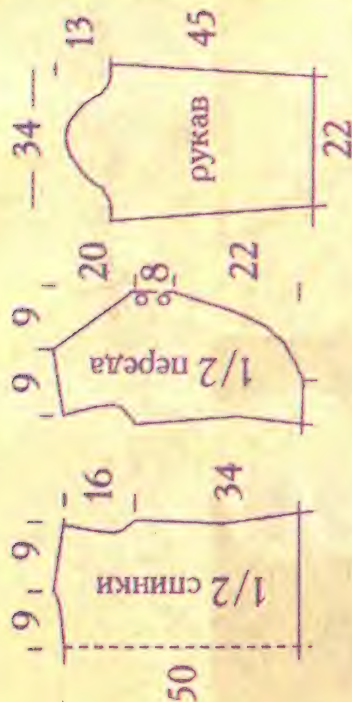
Рукав: набрать на спицы 60 п. Связать 5 см резинкой 1 х 1 на высоту 44 см, прибавляя со стороны швов 8 раз по 1 п. через 8 р., пока на спицах не окажется 80 п. Для оката рукава закрыть по 4 п. сразу, затем убавлять по 1 п. в начале и в конце каждого ряда. Оставшиеся на спице 8 п. закрыть в одном ряду.

Обработка горловины: сшить плечевые швы. Набрать по линии горловины 140 п., вытягивая петли из края. Связать 10 р. резинкой 1 х 1, закрыть все петли.

Обработка края полочек и низа болеро: сшить боковые швы, набрать петли по линии края левой полочки, спинки и правой полочки, связать 16 р. резинкой 1 х 1. Вверху правой полочки сделать 2 прорезные петли для пуговиц. Для этого закрыть 3 п., набрать на правую спицу 3 п., повернуть вязание, провязать набранные п. и продолжить вязание ряда. Аналогично вывязать вторую прорезную петлю. Закрыть все петли.

Рюши: расположить рабочую нить с изнаночной стороны и набрать по линии соединения планки и основного полотна петли, делая между ними по 1 накиду. Связать 16 р. платочной вязкой (все ряды — лиц. п.). Закрыть все петли.

Сборка: сшить рукава, боковые швы, вшить рукава. К левой полочке пришить 2 пуговицы.



Размеры: длина — 150 см, ширина — 45 см.

БОЛЕРО «ТРИ В ОДНОМ»

(Для точного определения длины измерьте расстояние от одного запястья до другого, прокладывая сантиметровую ленту по плечам и рукам.)

Быстро и увлеченно вы свяжете себе модный болеро-трансформер, который легко превращается в шарф или стильный жилет. Пара вечеров за интересной работой — и у вас появятся сразу три вещи в одном изделии!

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 150 м/100 г) — 300 г; спицы № 5; игла для пришивания 10 пуговиц Ø 3 см; крючок № 4 для вязания петель для пуговиц.



Узоры: резинка 2 x 2, лицевая гладь.

Описание работы

Набрать на спицы 62 п. Связать 40 р. резинкой 2 x 2, затем вязать: 2 изн., * 2 лиц., 2 изн., от * до * повторить ещё 4 раза, 18 лиц. п., 2 изн., * 2 лиц., 2 изн., от * до * повторить ещё 4 раза.

Изн. р. вязать, как смотрят петли. Лиц. п. вязать лицевыми, изн. — изнаночными.

Провязав 110 см, связать 40 р. резинкой 2 x 2. Закрывать все петли.

Сборка: ориентируясь по схеме, свяжите крючком по 5 в. п. для пуговиц по краю рукавов: по левому рукаву — спереди, по правому — сзади. С другой стороны по краю рукавов пришейте по 5 пуговиц. Такое расположение петель и пуговиц даст Вам возможность носить трансформер как жилет, застегивая пуговицы спереди и сзади.



2

3

4

1

5

6



7

8

9

10



НАРЯД ДЛЯ КОРОЛЕВЫ

Для выпускного бала, свадьбы подруги и просто для себя, любимой – наша коллекция великолепных нарядов для особого случая.

1 Суперстильный наряд состоит из топа с длинным шарфом и прямой мини-юбки. Изысканности модели добавляют кожаные ремешки с необычными крупными металлическими элементами.

2 Оригинальный вырез горловины и накидка, удлиненная на спинке, придают этому платью очень привлекательный вид.

3 Элегантное платье прямого покроя, с открытыми плечами и удлиненной деталью заднего полотнища, дополнено изысканным тонким блестящим ремешком.

4 Платье в стиле колорблок порадует яркими тонами и оригинальностью

кроя. Заниженная талия, необычная драпировка на плече, асимметрия — детали, которые нельзя оставить без внимания.

5 Смелый наряд для молодых и стройных: платье на бретелях-спагетти, с треугольным декольте и необычным решением нижней части. Украшено крупными металлическими элементами в виде звезд.

6 Атласное платье, отрезное по линии талии, с открытой спинкой, дополнено стильным укороченным жакетиком с воротничком и воланом.

7 Наряд «от кутюр» выполнен из тонкого кружевного полотна и трикотажа. Асимметричность кроя, романтичный

волан, кружевная деталь с оборками в высоком разрезе платья и украшение из белых перьев на талии не может оставить равнодушными ценителей прекрасного.

8 Элегантное платье свободного покроя с воротником-стойкой, асимметричной деталью, окантованной контрастной лентой с бахромой, и драпировкой сбоку — наряд экстра-класса.

9 Вечернее черное платье с оригинальным декольте, спущенным плечом и умопомрачительной юбкой разноразмерной длины способно произвести неизгладимое впечатление на окружающих!

11

12

13



14

15

16

17



18



19



20



10 Платье из крепа с треугольным декольте, изысканной накидкой и высокими разрезами подойдет для высоких девушек.

11 Хотите покорить присутствующих? Тогда это белое платье — для вас! Открытые плечи, необычное переплетение бретелей на груди, оригинальные рукава, высокий разрез сзади сделают вас королевой вечера!

12 Комбинирование гладкокрашенной ткани и цветочного принта оставляет впечатление сочетания в этой модели двух нарядов — маленького черного и длинного вечернего платьев. Платье не так сложно в исполнении, как может показаться на первый взгляд, а результат поражает воображение!

13 Комплект из белой блузы с запахивающимися и завязывающимися сзади на бант полочками и восхитительной юбки с драпированными деталями до-

полнен широким поясом с ярким бантом.

14 Отрезное по линии талии мини-платье с широкими рукавами-крылышками лучше сшить из ткани, которая хорошо держит форму: например, тафты.

15 Простое, но очень стильное платье с открытыми плечами и необычными объемными рукавами скомбинировано из тканей экстра-класса: натурального шелка и тонкого кружевного полотна.

16 Интересное платье с воротником-стойкой, юбкой-шлейфом и рукавами до локтя украшено объемной аппликацией в виде стилизованных листочков.

17 Платье из шифона с эффектом омбре окутывает модель словно невесомая дымка. Необычное решение горловины и длинная накидка делают наряд просто восхитительным.

18 Платье из гофрированного шифона с многоярусной юбкой, лифом-корсажем и оригинальным декором из контрастной ленты и искусственных цветов создает праздничное настроение.

19 Необычное решение — аппликации на подоле платья повторяют принцип кроя его верхней части в виде контрастного цветка. Спинка модели тоже очень эффектна. Яркие аппликации и тонкие бретели придают платью очень соблазнительный вид.

20 Платье в стиле греческой туники — с асимметричными деталями впереди, драпировкой, пояском и металлическими украшениями на одном плече, выполнено из тканей двух видов: матовой телесного цвета и блестящей шелковой цвета коралла.

МЫ ВЫБИРАЕМ ИЛИ... НЕ ВЫБИРАЕМ

Создание семьи — дело ответственное. И для того чтобы счастливо прожить с мужем всю жизнь, надо сначала если и не пуд соли с ним съесть, то хотя бы получше узнать его. Иногда какие-то серьезные или неприятные обстоятельства выявляют настоящее лицо мужчины, которого вы, казалось бы, отлично знаете. А иногда обычные житейские мелочи вдруг проливают свет на ранее скрытые черты его характера.

Впереди пора свадеб. У каждой женщины свои причины, руководствуясь которыми она выбирает спутника жизни, отвечая на предложение руки и сердца кому-то «Да», а кому-то — «Нет».

ПОЧЕМУ Я ВЫШЛА ЗА НЕГО ЗАМУЖ

Мы предлагаем вашему вниманию конкретные рассказы женщин о том, что повлияло на их выбор спутника жизни. Возможно, примерив на себя их ситуации, вы тоже поймете, какие именно качества ищете в своем избраннике.

Когда в моей жизни случилось несчастье — маму парализовало — мой парень не просто остался со мной рядом, а помогал мне, как мог. Он приглядывал за ней, кормил ее, ходил в магазин, когда я была занята. И несмотря на то, что учился в институте на дневном отделении, устроился на подработку, а заработанные деньги отдавал мне. Вместе мы подняли маму на ноги. Одна бы я не справилась. Тогда я и решила, что лучшего мужа мне не найти. В трудную минуту он всегда будет рядом. **Оксана, 29.**

Молодой человек, с которым мы встречались, неизменно в течение года приходил на свидание с цветами. Когда-то с букетом, когда-то с одной розочкой, но никогда — с пустыми руками. Мама сказала: «Если ты выйдешь за него замуж, в твоей жизни всегда будут цветы и романтика. А что еще надо для любви?!» **Вика, 21.**

У нас были прекрасные отношения, казалось, что дело идет к свадьбе. Но в клубе, где наш друг отмечал день рождения, мой любимый вдруг как с цепи сорвался и стал орать на меня. Все друзья опешили, а совершенно незнакомый парень вступился за меня и потребовал публично извиниться. Я как будто попала во времена благородных рыцарей и прекрасных дам. «Вот это мужчина!» — подумала я. Он и стал моим мужем. **Марина, 26.**

У меня было много кавалеров и отношения с ними складывались по-разному, но одно я знала точно: измены я не переживу. Поэтому я вышла замуж за самого неказистого из моих кавалеров, чтобы другие девушки на него не заглядывались. Мой выбор оказался правильным: он оказался верным и любящим мужем. **Ольга, 34.**



Я девушка, как говорят, со средненькими данными. Причем я всегда отдавала себе отчет в том, что вряд ли привлеку внимание мужчин своей внешностью, и не закрывала глаза на свои недостатки. Но оказалось, что была не права. С самого момента нашего знакомства и вот уже несколько лет после свадьбы мой муж не обращает внимания на других женщин, он как

будто перестал их замечать. Я была и остаюсь для него «самой красивой», «самой обаятельной», «его королевой». Хотя какая из меня королева? Но ему видней. **Настя, 26.**

С будущим мужем нас познакомил мой давний приятель. Он представил нас друг другу и новый знакомый подал мне руку. Не знаю, что он хотел сделать — пожать мою руку или поцеловать ее в честь знакомства. Я этого не помню. Но когда моя рука утонула в его огромной, одновременно сильной и нежной ручище, я забыла обо всем на свете. Мне показалось, что я оказалась в теплом коконе, где никакие проблемы, беды и неприятности мне не страшны. Незабываемое чувство. **Нина, 69.**

Мой любимый мужчина — настоящий кофеман, без чашки кофе проснуться не может. Но в то утро он неожиданно обнаружил, что кофе у него осталось на одну заварку. Он сварил одну чашку кофе и принес его мне в постель. Я поняла, что и в семейной жизни он отдаст мне последнее. Это определило мой выбор. А кофе я с ним поделилась. И этот выпитый на двоих кофе еще больше объединил и сблизил нас. **Алина, 35.**

ПОЧЕМУ Я НЕ ВЫШЛА ЗА НЕГО ЗАМУЖ

Месяцы, а то и годы, проведенные бок о бок с любимым человеком, назначенная дата свадьбы часто бывают перечеркнуты каким-то неверным поступком, каким-то неожиданно открывшимся в избраннике и ранее



верстывать упущенное, сдавать «хвосты». А мой возлюбленный сначала попробовал учить, а потом начал ныть, что у него нет времени, сил, вместо того, чтобы заниматься, стал тусоваться с друзьями и попивать пиво. Глядя на такое поведение, я с ним рассталась. Такой слабак мне не нужен. **Дарья, 20.**

У моего парня живет собака. Однажды она стащила со стола кусок мяса и съела. Он так жестоко бил ее на моих глазах, что я не выдержала и убежала. Почему-то представила себя на месте этой несчастной собаки. Я понимаю, что животных надо воспитывать, и от дурных привычек их оту-



незамеченным изъяном. А возможно, количество мелких неприятностей перевалило за грань допустимого и расстроило намечавшийся союз накануне свадьбы.

У же после того, как подали заявление, мы с женихом очень серьезно поссорились. Я позвонила в ЗАГС и попросила перенести дату, тем более, что он после ссоры неделю не звонил и не приходил. Потом, видимо, узнал о переносе даты, стал обрывать телефон, требовал серьезного разговора. А я так обиделась, что не хотела его видеть. Тогда он стал звонить и угрожать, что прыгнет с третьего этажа, если я не выйду с ним поговорить. Шантаж — самый отвратительный поступок, на мой взгляд. И меня шантажирует мой будущий муж! Что же будет дальше? Я решила, что нам надо расстаться. **Кристина, 25.**

чают физическим наказанием. Но он бил ее с таким остервенением, что я позвонила ему и сказала, что мы больше встречаться не будем. Я его больше видеть не могла. **Вика, 22.**

П ерпеть не могу вранья, поэтому наши прекрасные отношения расстроились, как только я поймала своего жениха на мелочном вранье. Даже не поверила сначала. Он знал

о моем отношении ко лжи и решил разрушить отношения из-за такой ерунды? Поделюсь с подружкой своим недоумением и выяснила, что он постоянно мне врал, причем безо всякой выгоды. Врал в мелочах. Какое ему может быть доверие? А без доверия нет любви и нет семьи. **Мария, 28.**

М ы стали готовиться к свадьбе, и тут я увидела своего жениха с непривычной для меня стороны. Он стал указывать, как мне сэкономить на платье, туфлях, настаивал, чтобы я уговорила своих гостей сделать подарок деньгами. Без моего согласия выбрал для свадьбы убогую столовую на окраине. Конечно, он никогда не был особенно щедрым, но и жадиной тоже не был. Но я поняла, с каким скрягой мне предстоит жить. Представила, как он будет считать каждую потраченную мной копейку, и отказалась от свадьбы. **Юля, 25.**

У же было подано заявление, решено, где и как будет проходить свадьба. Все было хорошо. Я присматривала платье. И вдруг мой жених предложил мне сходить к нотариусу для подписания брачного договора. Сначала я растерялась, потом попросила почитать текст договора, потом отменила свадьбу. Возможно, я не права. В наше время приняты все эти договоры, но лично для меня это предложение опозлило нашу любовь. Не понимаю, как можно еще до свадьбы договариваться, как мы будем делить имущество при разводе. Тем более, что и имущества еще никакого нет. Может, я наивная, пусть. Но такая мелочность, особенно в мужчине, выше моего понимания. **Алена, 31.**

М ой день рождения совпал со встречей одноклассников моего жениха. И он выбрал... одноклассников. Через месяц у нас должна была быть свадьба. Я ее отменила. Если уже сейчас он выбирает не меня, то после свадьбы он и не вспомнит о моем дне рождения. Как бы обо мне не забыл! **Светлана, 23.**

Л юбовь так захватила нас, что перед нами замаячило отчисление из института. Я попросила тайм-аут и стала на-



Гороскоп

с 15 мая по 15 июня

Астролог-консультант Николь БУРЯ

ОВЕН Во второй половине мая будьте внимательны к своему здоровью и ситуациям на работе. С 24-го по 30-е избегайте легкомыслия — оно может быть чревато серьезными неприятностями. В первой половине июня опасайтесь обмана и краж, не вступайте в чужие интриги и планы, которые будут отвлекать вас от собственных целей. После 12 июня ситуация начнет меняться в лучшую сторону.

Неблагоприятные дни в мае: 15, 20, 24, 30. В июне: 3, 7, 12.

ТЕЛЕЦ С 16 по 22 мая некоторым рожденным под этим знаком придется улаживать многочисленные проблемы в любовных отношениях и в бизнесе. С 20-го по 29-е вероятны неожиданные финансовые потери или неприятности на работе. В первой половине июня финансовая сторона жизни будет иметь первоочередное значение, но, вместе с тем, вас ждет бурное развитие дружеских и любовных отношений.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 23, 28. В июне: 1, 4, 8, 13.

БЛИЗНЕЦЫ С 15 по 24 мая легкомысленное отношение к деньгам может привести к незапланированным тратам и потерям. После 25 мая может обрадовать приятное известие, встреча со старым знакомым. С 1 по 10 июня возможно ухудшение здоровья, конфликты с окружающими. Важные дела лучше отложить на более благоприятный период, который наступит после 15 числа.

Неблагоприятные дни в мае: 20, 25, 29. В июне: 2, 7, 12.

РАК Во второй половине мая появится больше обязанностей и работы. Избегайте переутомления — как эмоционального, так и физического. С 18 по 23 мая опасайтесь травм, аварий. В первой половине июня берегите свое здоровье, старайтесь не вовлекаться в скандалы, суету и новые дела. Дальние поездки и путешествия нежелательны. Удовольствие доставит общение с близкими людьми.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 23, 28. В июне: 1, 5, 9, 13.

ЛЕВ Во второй половине мая у некоторых появится опасность не учесть или проигнорировать важные мелочи, которые могут привести к серьезным проблемам в делах. В первой половине июня возможны конфликты, связанные с финансами. Отнеситесь к ним философски: берегите свои и чужие нервы и здоровье. Пользуйтесь прекрасной погодой и старайтесь больше времени проводить на природе.

Неблагоприятные дни в мае: 19, 25, 29. В июне: 2, 6, 11.

ДЕВА Во второй половине мая конкуренты, а также лстецы и обманщики могут доставить много неприятностей. Однако, несмотря на их происки, ваши позитивные шансы сохранятся. Теперь ваш успех зависит от вашей пунктуальности и привычки все перепроверять. С 1 по 15 июня проведите тщательную ревизию всех своих дел и финансов, чтобы избежать неожиданных проблем и сберечь здоровье.

Неблагоприятные дни в мае: 17, 22, 27, 31. В июне: 5, 9, 15.

ВЕСЫ С 15 по 20 мая не торопитесь внедрять в жизнь новые идеи, поскольку ожидаемой прибыли можно не получить. В первой половине июня новые знакомства могут оказаться полезными для будущих наработок или новой деятельности. Позаботьтесь также о своем здоровье: бассейн, сауна, массаж и отдых на природе в обществе приятных людей помогут вам обрести душевный покой.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 21, 26, 30. В июне: 3, 6, 11.

СКОРПИОН Во второй половине мая будьте внимательны к своим детям: они будут очень ранимы и впечатлительны. В первой половине июня возможны финансовые трудности. Будьте осторожны: не исключены проблемы с правоохранительными органами. После 8 числа появится возможность сделать ваше положение более стабильным. Но для этого вам потребуется поддержка руководства и друзей.

Неблагоприятные дни в мае: 17, 22, 27, 31. В июне: 5, 10, 15.

СТРЕЛЕЦ Вторая половина мая по-прежнему будет требовать напряжения всех ваших сил. А 25 числа ваша горячность может привести к таким серьезным конфликтам и неприятностям с окружающими вас людьми, что непонимание и разлад в отношениях будут продолжаться до 7 июня. С 8 июня настроение улучшится, проблемы получат благоприятное разрешение, а личная жизнь будет радовать.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 21, 26, 30. В июне: 3, 7, 13.

КОЗЕРОГ Во второй половине мая незаконченные дела или отношения могут напомнить о себе. Возможны разногласия в близком окружении — постарайтесь меньше обращать внимания на человеческие недостатки. В первой декаде июня будет ощущаться недостаток сил, из-за чего могут возникнуть проблемы в работе. После 11 числа ситуация улучшится. Звезды сулят вам успехи как в делах, так и в любви.

Неблагоприятные дни в мае: 17, 23, 27, 31. В июне: 5, 10, 14.

ВОДОЛЕЙ Во второй половине мая возможны проблемы со здоровьем. В это время очень важно вовремя гасить все конфликты, особенно в семейном кругу. В первой половине июня появятся благоприятные возможности для разрешения многих противоречий. Вероятны солидная прибыль и последующие дорогостоящие приобретения. Деловые поездки в период с 11 по 15 июня нежелательны.

Неблагоприятные дни в мае: 15, 19, 24, 30. В июне: 3, 7, 11.

РЫБЫ Во второй половине мая возможны состояние усталости, апатии, а также трудности во взаимопонимании, особенно с близкими людьми. Ваша мягкость и лояльность во многих ситуациях будут неуместны. Отстаивая свои позиции, старайтесь быть тверже. С наступлением июня появятся конкретные цели, улучшится настроение. Первая половина месяца — благоприятное время для начала новых дел.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 22, 27, 31. В июне: 4, 8, 14.

ЗНАКИ СУДЬБЫ?

Родинки на теле человека к сегодняшнему дню прошли большой исторический путь, на котором были времена почитания их и времена проклятия. Издревле родинкам и родимым пятнам придавалось большое значение: люди связывали их с тайнами судьбы, по ним разгадывали характер и будущее человека, особенности его жизни.

Средневековые в лице инквизиции внесло свою лепту в «разгадывание» особенностей жизни мужчин и женщин, у которых обнаруживались специфические отпечатки в определенных местах тела. Называли эти отпечатки «меткой дьявола», «пятном ведьмы», а их владельцев — «прислужниками сатаны». Последствия для таких прислужников разнообразием не отличались — их либо сжигали, либо топили.

Хотя, справедливости ради, отметим, что все-таки существовали некие критерии отбора «сатанистов»: непереносимым условием была нечувствительность этого участка кожи к боли; метка у ее владельца должна была сочетаться с рыжими волосами, необычным цветом глаз, бледной кожей и еще десятком других отличий. Сочетание такое встречается довольно редко, так что особо беспокоиться по этому поводу не стоит. Да и с инквизицией вроде бы покончено...

Про родинки на женских лицах писано-переписано за последние несколько веков много. Родинки же на мужских лицах как-то выпали из поля зрения. А между прочим, по их расположению можно, без всякой анкеты, узнать о мужчине много интересного — с помощью астрологии.

Если родинка отметилась мужской подбородок, то обладатель его пользуется большим уважением. Родинка с правой стороны лба говорит о человеке, активно участвующем в общественной жизни, о возможности серьезной политической карьеры и обещает счастье и большой успех; с левой — выдает надменность, наглость и эгоизм человека, а заодно грозит денежными проблемами; посередине — предсказывает несчастливую любовь.

Беззаботного человека легко узнать по родинке на ушах, а ведущего беспорядочный образ жизни и потому имеющего неважное здоровье — на челюсти.

Родинки в области вокруг глаз указывают на немалый творческий потенциал. Но если расположившиеся вокруг правого глаза (как, например, у Достоевского) свидетельствуют о большой творческой работе и возможности добиться больших успехов в этом направлении, то «левоглазые» родинки сигнализируют о том, что человек искаженно воспринимает творческий посыл и занимается не своим делом.

Кстати, астрологи расшифровывают значение родинок не только на лице мужчины. Например, родинки на спине, по их мнению, говорят об искренности и открытости человека. А некоторые еще уточняют: если большинство родинок находится на правой стороне, человек этот, скорее всего, яркая индивидуальность — такие оказываются по жизни щедрыми любовниками, мудрыми учителями; если же родинок больше на левой

стороне — человеку будет все даваться в жизни слишком легко, и его главным занятием станет прожигание ее.

Человека нерешительного можно распознать по родинкам на ногах, а того, у кого жизнь переполнена сложностями — на плечах. Очень важно местоположение родинки, если она на шее: сбоку — не очень хорошо, жизнь ее «хозяина» ожидает нелегкая, а, вот, впереди — просто супер! — мужчину ждет блестящая карьера, большие деньги и солидное положение!..

Родинки на правой руке подскажут, что этот представитель сильного пола очень контактен и терпим, а также не способен на предательство, а на левой укажут на трудности в отношениях с близкими из-за нежелания принимать их такими, какие они есть. Если мужчина «отмечен» родинками на локтях, это говорит о сильном внутреннем желании постоянно что-то менять в жизни, двигаться, путешествовать.

И высшее счастье, предел мечтаний — родинки в виде созвездия Большой Медведицы или на пупке — это знак защиты выс-

шими силами. Человеку везет с людьми, с профессией и у него очень высока степень реализация желаний!

Так что, если хотите понять ближнего своего из рода мужчин, умейте читать не только его мысли, но и его тело!

Кстати, интересные факты, связанные с родинками, выявили британские и американские генетики. Ученые обследовали 900 пар близнецов от 18 до 79 лет и пришли к неожиданному выводу: чем крупнее и многочисленнее родинки (невусы) на теле человека, тем меньше скорость его старения. Среднестатистического европейца «украшают» примерно 30 родинок. Если верить результатам исследований, то каждые 25 родинок, помимо этих 30, снижают биологический возраст на 2-3 года. Два человека с одинаковым «паспортным» возрастом, но с разным количеством родинок, биологически могут отличаться на 5-7 лет: у кого родинок больше, тот моложе.

Но плюс не только в этом: примерно столько же лет добавляется человеку к сроку, отпущенному ему на этом свете.



Познай себя ПОЧУВСТВУЙ ДРУГОГО!

Помните фразы из рекламы «Колдрекса»: «Как я вас понимаю...» — «Не понимаете: вы же не простужены!» А действительно, легко ли понять другого человека, ведь все мы разные — и не только в том, простужены мы или здоровы. Воспитание и характер, жизненный опыт и сформировавшийся взгляд на мир и на людей, на события вокруг нас — мы многим различны между собой. Но в каждом из нас — правда, в разной мере — заложена способность понимать других людей, сопереживать им, а к кому-то и проникаться симпатией. Умение почувствовать другого — залог нашей успешной коммуникабельности, возможности комфортно существовать в обществе...

А вам это удастся?.. Проверьте себя, ответив на вопросы нашего теста.

1 Вы пришли на собеседование по поводу работы в солидную фирму. Но в приемной шефа вы обнаруживаете еще нескольких соискателей — причем, все почему-то очень взволнованы. Что произойдет дальше?

— Вы себя знаете: пять-десять минут, и вы от них уже не будете отличаться. — В

— Вы почувствуете свое преимущество: «взволнованная команда» выгодно оттенит вас — человека, уверенного в себе и своих профессиональных возможностях! — Д

— Для начала постараетесь выяснять: а чего, собственно, все так дрожат? — Б

— Не сомневаетесь: за дверью — суд инквизиции, и лихорадочно вспоминаете, нет ли у вас признаков ведьмы. — Г

— Через секунду вам становится страшно, через пять — уже очень страшно. А через десять вы вместе с несколькими прикнучившимися образуют «самое слабое звено»! — А

2 В «Квартирном вопросе» делают ремонт — именно такой, какой вы себе представляли в мечтах. Вы ловите каждое слово из телевизора, боясь пропустить что-то важное — вам же предстоит все это повторить в своей квартире. И тут — звонок подруги: ей срочно нужен ваш совет. Вы:

— Выключаете телевизор и

слушаете подругу: «квартирный вопрос» должен уступить «вопросу жизни и смерти»! — А

— Кратко объясняете подруге, сколько времени ей придется подождать. — Д

— Пытаетесь совместить «коня и трепетную лань»: вполглаза и вполуха — и подругу, и телевизор. — В

— Предлагаете подруге: полминуты на ее сообщение и час — вам на размышление, а потом — созвониться. — Б

— Быстренько сообщаете подруге о просмотре ремонта «вашей мечты», рекомендуете ей сделать то же самое, чтобы потом обсудить и ее проблемы, и ваши мечты... — Г

3 В преддверии веселой вечеринки вас почему-то «терзали смутные сомнения». Вы не обратили на это внимания — а зря: и вы, и ваши гости остались разочарованы. Какие мысли теперь «терзают» вас?

— «Надо было довериться шестому чувству и отменить вечеринку? Глупо! Но вечеринка получилась не очень и лучше бы ее вовсе не было... Учтем на будущее!» — В

— «Надо хорошенько обдумать, моя ли в этом вина или так выстроились звезды!» — Б

— «Если Судьба хочет дать знак, пусть дает внушительно: ну, там, кровавыми буквами на зеркале: «Не надо вечеринки!» А то как-то несерьезно...» — Г

— «Чтобы в будущем не приходилось так сильно огорчаться, надо слушать не только «Европу+», но и внутренний голос». — А

— «Все эти предчувствия — чушь и мистика. Просто не сложилось...» — Д

4 На работе вам сообщили: у вас увеличился объем работы, и у вас появилась напарница. Что предпримете?

— Будете максимально толерантны: предложите ей те направления работы, которые ей больше нравятся, и по чашке кофе после трудового дня — чтобы поближе узнать друг друга. — А

— Приложите усилия, чтобы разгадать вновь прибывшего «мистера X», и уж тогда будете выстраивать линию поведения... — Г

— Прежде всего, постараетесь понять: она — напарница или, все-таки, конкурент? А до того — держать дистанцию и смотреть на качество ее работы. — Д

— Сначала «допрос с пристрастием»: что знает... что умеет... прежнее место работы... ну, а потом будете делить новый объем на двоих — по-честному. — Б

— Постараетесь поговорить «напарницу» и понять, что вы можете сделать, чтобы ей комфортно с вами работалось. — В

5 Как вы отреагируете на «печальный облик» приятеля?

— Вспомните Карлсона: «Кто самый лучший отвлекатель от грустных мыслей?..» и попробуете его метод. — Г

— Подождете несколько минут, пока его настроение будет постепенно обволакивать

вас, и... загрузите вместе с ним! — А

— Отнесетесь к этому спокойно, но про себя отметите, что приятно следует поучиться владеть собой на людях. — Д

— Вы же знаете, что человеку становится легче, когда он выговорится. Надо только к этому подвести... — В

— Здесь главное: не теряться и не раскисать. Выясняете, в чем дело, и быстренько ищете решение проблемы. — Б

6 Вы познакомились с этим человеком несколько минут назад, но уже поймали себя на мысли, что вы знакомы тысячу лет и всю тысячу лет вам вместе было хорошо как никогда... А какая мысль будет следующей?

— «Мы с ним явно на одной волне. Интересно, что же в нем такого?.. Если я это срочно не пойму, взорвусь от избытка чувств!» — Б

— Никакой. Разговаривать всего несколько минут, и за это время уже пережить целую гамму ощущений — это не про вас. — Д

— «Наконец-то сказка стала явью! Хотя я о нем еще ничего не знаю, но с ним так приятно общаться. Здорово, что мы познакомились...» — Г

— «Господи, как же с ним легко и интересно! Продлился, продлился, очарованье!» — В

— «Так и хочется говорить стихами. Что-то вроде: «Как прекрасно и чудесно — родную душу встретить на земле» и «Когда-нибудь мы вспомним это и не поверится самим...» — А



Больше всего буквы А:

Вы — зеркало

Вы невероятно чувствительны по отношению к внешнему миру: легко становитесь на место другого, с лету угадываете причины тех или иных поступков людей. Общаясь с человеком, вы, словно зеркало, отражаете его. Причем, не только внешне и интонационно, но даже и внутренне вы на какое-то время становитесь им. Но в этом же кроется и ваша проблема: ваша чувствительная душа управляет вами во всем, во всех отношениях с окружающим. А золотая середина потому и называется серединой: чувствуя и понимая другого человека, как себя, не стоит забывать о собственных чувствах и интересах. У вас есть свои цели, свои императивы, наконец — своя жизнь, и она не должна состоять из отражений многочисленных, но чужих жизней и чувств. Вашим девизом должно быть: «Найти себя!..»

Больше всего буквы Б:

Не разложить, а — почувствовать...

Вы случайно не в аналитическом центре работаете? Складывается впечатление, что принципы вашей профессиональной деятельности перешли в ваш внутренний мир, а там идет непрерывная работа по «оценке» происходящего вовне. Разложив поступки, действия того или иного человека на составные «элементы», вы с легкостью можете объяснить причины этих поступков. Но когда они спонтанны, взрывного характера или просто не поддаются вашему анализу и пониманию, вы теряетесь. А дело-то в простом: попытаться почувствовать другого человека в целом, со всеми его переживаниями, на минуту представить себя в его «коже»... Вы наверняка ощутите в себе поднимающуюся волну со-переживания, со-чувствования — ведь вы на самом деле очень душевный человек. Намеренно «покрытый панировочными сухарями», но — не «сухарь»!

Больше всего буквы В:

Чуткость в жилетке

Чуткость — одно из главных ваших качеств, кстати, очень ценимое окружающими вас людьми. Вам не нужно анализировать чужие поступки, препарировать ситуации, пытаться выявить глубинные причины чьих-то поступков. Вы просто чувствуете людей, и всегда готовы сопереживать им — это не продуманная позиция, а изначальный настрой души. С такими, как вы, долго и по-настоящему дружат. Но не забывайте, что ваша чуткость «одета» в жилетку, и всегда найдется масса желающих в эту жилетку всплакнуть. Умейте (или учитесь) различать, когда приходят к вам — за чуткостью, а когда — только к вашей жилетке, поскольку она бесплатно может принять море слез.

Больше всего буквы Г:

Не от мира сего...

Вам не кажется, что вы напоминаете девушку из фильма «Покровские ворота», пришедшую к герою Олега Меньшикова за книгами, с ее коронной фразой: «Ой, я вся такая внезапная...»? Девушку, обитающую как бы вне реальности, всю погруженную в иной, теле- книжный мир, и живущую чувствами и переживаниями выдуманных, созданных писателями и режиссерами героев?.. Может, вам стоит отвлечься от мира фантазий, отрешиться от ярких грез и попробовать увидеть реальный мир, где живут конкретные люди — со своими проблемами, переживаниями и отношениями? Нужно будет, конечно, приложить усилия — но, в конце концов, вы же тоже живете в этом мире, а не в сказке...

Больше всего буквы Д:

Цель оправдывает?..

Со стороны вы воспринимаетесь довольно жестким человеком. В общем-то, это верная оценка, поскольку чаще всего чужие чувства вас мало волнуют. Зато для вас очень важно, как вы двигаетесь к намеченной цели. Широко круг нужных знакомств, но страшно узок круг ваших друзей — если вы не измените свое поведение и отношение к окружающим, круг этот может сузиться до одинокой точки. Срочно начинайте работать над собой: внимательней смотрите на людей, пытайтесь понять их чувства и «примерить» на себя — тогда вам будет проще понять, как себя вести с ними. Ведь «командой» интересней и работать, и отдыхать!





ТИК-ТАК ДИЗАЙН

Настенные часы — деталь интерьера, которая становится его отличительной чертой. Особенно, если часы оригинальные, созданные в единственном экземпляре. Мы предлагаем вашему вниманию именно такие. Вы не купите их в магазине, но можете сделать своими руками. Главное, купить хороший часовой механизм. Но можно использовать тот, что стоял в старых и невыразительных, но исправных часах.





В НОВОМ АМПЛУА

Для изготовления часов можно использовать самые обычные вещи.

Например, небольшую легкую сковороду, если предварительно просверлить в центре круга-циферблата отверстие для часового механизма, затем покрасить снаружи или украсить в технике «декупаж».

Оригинальные часы получатся из старой рассохшейся гитары. Главное, чтобы у нее остались целыми передняя панель и гриф.

Легко превратить в часы езженную виниловую пластинку. Надо лишь вставить механизм и нанести цифры белой акриловой краской.

Необычные часы получаются из велосипедного колеса. Не забудьте покрасить яркой краской обод. Вам кажется, что такие часы будут великоваты? Возьмите колесо от детского велосипеда.

Из разрозненных чайных пар, прикрепленных к раме-основе, получатся часы, добавляющие вашему интерьеру неповторимую изюминку. Блюдца и чашки можно приклеить или прикрепить болтами, просверлив отверстия в донышках. Чтобы посуда не лопнула, перед сверлением наклейте на донышки широкие полоски лейкопластыря.

Простенок, не занятый мебелью, украсят большие часы, где цифры обозначены

недорогими, но одинаковыми будильниками.

Часы в спортивной семье тоже должны быть спортивными. Чтобы кроссовки, которые обозначают цифры на циферблате, выглядели по-разному, по одной кроссовке из пары можно покрасить в другой цвет краской для ткани или кожи.

Обломок старой доски станет основой для часов в морском стиле. Надо лишь прикрепить механизм и обозначить места цифр одинаковыми ракушками.

Часы в стиле знаменитой картины Малевича подойдут к любому интерьеру. Наклейте с помощью жидких гвоздей с заходом друг на друга три керамические плитки черного цвета. Так же приклейте сверху средней плитки и часовый механизм.

САМОДЕЛЬНЫЙ ЦИФЕРБЛАТ

Необычно будут смотреться настенные часы, если вы сделаете для них циферблаты своими руками.

Из толстой фанеры выпилен циферблат кухонных часов. Они оригинально смо-

тятся, потому что разрисованы как ломтик киви.

Несколько слоев наклеенных друг на друга в произвольном порядке деревянных плашек, напиленных из толстых веток, станут отличной основой для настенных часов.

С «цифрами» для этих часов придется повозиться — выкрасить рамки у коробочек, подобрать обои или бумагу для оклейки внутренних поверхностей. Но оно того стоит. Цветовую гамму «цифр» выберите, исходя из цвета фона, на котором они

будут хорошо видны.

Для дома, где живет семья любителей живописи, отлично подойдут часы-палитра с кисточками, наклеенными поверх обычных стрелок. Чтобы часы получились побольше, палитру придется выпилить из фанеры, отшлифовать, затонировать и покрыть лаком.

Подготовила
Валентина КИРНОС



Почему люди разводятся в первые годы совместной жизни? Причин много, и одна из них — недостаточное общение супругов. Вроде бы, все хорошо, они рядом, в одной квартире, но живут так, как будто обитают на разных планетах, и страдают от одиночества. Почему же замужние молодые женщины так страдают от недостатка общения с мужьями?

Психологи считают, что, выйдя замуж и сократив до минимума общение с подругами, женщина ищет адекватную замену подруге в муже, причем, на том же уровне. И не находит. Подруга всегда выслушает с интересом и состраданием, поймет, никогда не обвинит в сложившейся ситуации тебя и обязательно даст дельный совет. Мужчина — немногословен, конкретен, сдержан и более или менее объективен. Вот почему самый лучший муж никогда не сможет заменить задушевную подругу. Отсюда и разочарование.

Вторая, наиболее часто встречающаяся причина разводов — в повседневном общении муж оказался совсем не таким, каким был в период ухаживаний. И этому есть объяснение. Влюбленный мужчина изо всех сил старается угодить возлюбленной: окружает ее любовью, заботой, вниманием, иногда он ради нее готов даже на подвиг — и все для того, чтобы завоевать ее! А когда цель достигнута, он тут же становится сам собой — таким, каким был и будет всегда: заурядным, капризным, может быть, нудным — но никак не героем. В результате — разочарование.

Третья причина основана на заблуждении: выйдя замуж, женщина уверена, что больше никогда не будет одинокой. А так не бывает! Мы расстаемся с любимыми каждый день, уходя на работу, а встречаясь вечером дома, редко находим время и силы для общения с ним. К тому же, каждый человек имеет право побыть один — а иногда он остро нуждается в этом.

И если женщина не может этого понять, ее, опять же, ждет разочарование.



РАЗВОД И ДЕВИЧЬЯ ФАМИЛИЯ ИЛИ...



Как-то, возвращаясь из командировки, я оказалась в одном купе с двумя женщинами — одна была совсем молоденькая, другая — умудренная жизненным опытом. Они говорили откровенно, как это бывает именно в поезде, а тема их беседы показалась мне интересной.

— Когда я выходила замуж, — вспоминала первая дама, — меня радовала одна мысль: «Теперь я никогда не буду расставаться с любимыми! Правда, мы оба работаем, но у нас будут прекрасные вечера, чтобы наслаждаться обществом друг друга. Мы будем гулять, ходить в гости, в кино, в театры, на концерты, отмечать праздники, с друзьями или вдвоем, в кафе или ресторане, а летом будем путешествовать вдвоем! Мы будем вместе растить наших детей, воспитывать, учить, получая от этого огромную радость, и еще больше сплотим нашу семью...» Таким представлялось мне мое семейное счастье. И вот я четвертый год замужем, а жизнь катится по накатанным рельсам: один день похож на другой, как в известном фильме «День сурка». Мужа я вижу за завтраком и за ужином (полчаса в день), а потом вожусь на кухне, а он весь вечер сидит в Интернете. А когда я освобождаюсь, он уже спит. Раньше мы с ним часто гуляли, сидели в кафе, разговаривали, обсуждали фильмы и книги, что-то планировали, о чем-то мечтали, нам вдвоем всегда было интересно. Сейчас мы почти не общаемся. В выходные муж отсыпается до полудня, потом идет бродить по книжным развалам, встречается с друзьями или едет навестить родителей, а я иду на рынок, в магазин, готовлю еду и до самого вечера занимаюсь хозяйством.

Бывает, что с утра он уходит в гараж, а я целый день сижу дома одна.

А с понедельника опять повторяется «день сурка». Как мне надоело мое одиночество! Что это за семья, если мы живем отдельно друг от друга? Ведь жизнь проходит, и проходит не так, как я мечтала, а в одиночестве. Сейчас я со страхом думаю о том, что если у нас будет ребенок, растить его мне придется одной — при живом муже. Я просто не могу больше так жить и все чаще думаю о разводе».

Ее собеседница слушала, не перебивая, дала ей выговориться, но, к моему удивлению, жалеть ее не стала.

— Не вздумай разводиться из-за кажущейся

одиночества и ломать свою жизнь. В молодости я совершила такую же ошибку и всю жизнь очень жалею об этом.

Осталась с ребенком на руках, без материальной поддержки, замуж так и не вышла, а моего бывшего тут же подхватила моя подруга. Теперь, когда я вижу семьи своих родственников и подруг, то понимаю, что все живут так же, почти у всех для общения остается только вечер, да и тот зачастую проходит у телевизора. И в этом нет никакой катастрофы. Это — нормальные счастливые семьи. Если двое, находясь рядом, молчат, это не значит, что им нечего сказать друг другу. Может, они чем-то обеспокоены, озадачены, расстроены — и каждый думает о своем, или просто устали — и хочется помолчать.

Но в твоих силах изменить ваши будни и праздники так, чтобы жизнь стала ярче...

Вернувшись домой, я не переставала думать о том, как легко юные пары идут на развод, даже не пытаясь спасти свою любовь и хоть что-то сделать для этого.

Мне показалось, что эта тема будет интересна и нашим читателям, и я рассказала в редакции о том, что услышала в поезде. Тогда мы решили провести опрос среди коллег, знакомых и родственников и найти в жизни примеры того, как женщинам в подобных ситуациях удалось избежать развода и сделать жизнь своей семьи счастливой.

ПОЧЕМУ МЫ НЕ СКУЧАЛИ РАНЬШЕ



Каждый раз, возвращаясь с работы, на вопрос: «Как сегодня прошел день?» муж отвечал: «Как обычно», — потом мыл руки и садился за стол. И мог промолчать целый вечер, переключая каналы в телевизоре. А мне от этого было так тоскливо! Однажды я пожаловалась своей мудрой крестной, которая прожила в счастливом браке 40 лет (!) на недостаток общения с мужем, расплакалась и сказала, что если и дальше так пойдет — всё! Развод и девичья фамилия! Муж стал совсем другим, и я ему не нужна.

Крестная сказала, что счастливым брак на 90% делает женщина, и если он распадается, это — ее вина. А еще посоветовала с разводом не торопиться, а самой проявить инициативу и подумать, как интереснее проводить вместе вечера, выходные, отпуска... «Не спланируешь отдых сама — так и

просидите всю жизнь у телевизора».

Раньше, когда мы встречались, летом часто ездили на речку, зимой катались на лыжах, а в плохую погоду ходили в кино или в кафе... Почему же сейчас главными развлечениями для нас стали телевизор и компьютер?

В один из выходных я сказала любимому, что его ждет сюрприз. Он удивился, но от дивана и телевизора оторвался.

Я повела его по нашим любимым улочкам и скверам, вспоминали, где встречались, где впервые поцеловались, зашли в то кафе, где он сделал мне предложение — и везде фотографировались... Домой вернулись в отличном настроении, и муж сказал: «Спасибо тебе за вечер. Жду продолжения сюрпризов». С тех пор я часто придумываю какие-нибудь развлечения на выходные. Мне нравится открывать вместе с мужем для себя новые места в нашем городе. Оказывается, это так интересно! **Галина, 30.**

«БОЛЬШОЕ ВИДИТСЯ НА РАССТОЯНИИ»

Уногда я так остро чувствовала одиночество, что в голову стали приходить ужасные мысли: «Может, мне лучше развестись и жить одной? А вдруг я так надоела своему мужу, что он тоже хочет этого, просто не знает, как мне об этом сказать?» — в такие минуты мне становилось жалко себя до слез!

А когда я пожаловалась подруге, что, выйдя замуж, стала чувствовать себя ненужной, одинокой и закрытой в четырех стенах, она посоветовала мне сменить обстановку: поехать куда-нибудь одной. Но не для того, чтобы найти сомнительные приключения и развлечься «на всю катушку», а чтобы посмотреть на свою жизнь как бы со стороны, издалека. Время от времени каждому из нас необходимо поразмыслить о себе, об окружающих, о жизни вообще... Сначала мне ее идея не показалась достойной воплощения, но она предложила поехать куда-нибудь отдохнуть на недельку вместе с ней. И я решила: «Хотя бы отвлекись от грустных мыслей!»

Но на отдыхе я все время думала о муже, вспоминала его слова, звонила ему несколько раз в день и не могла дождаться, когда же можно будет вернуться. Конечно, ни о каком разводе не могло быть и речи! Я так соскучилась! Я просто не могла жить без него! Да и с чего я решила разводиться? Да, я редко вижу его — он очень занятый человек, — но лучше него никого нет на свете. При встрече муж сказал, что тоже не мог дождаться, когда же я, наконец, приеду домой! Нам с ним очень хорошо, хотя мы и не можем быть рядом каждую минуту. **Ирина, 34.**

ЕГО УВЛЕЧЕНИЕ СТАЛО МОИМ

У моего мужа с детства непреодолимая тяга к рыбалке. Даже зимой он ездит на подледный лов, а уж летом может с друзьями уехать на все выходные на какое-нибудь озеро. А я

по своей натуре — домоседка и очень люблю вязать, одновременно слушая радио. Но все субботние дни я проводила дома одна, занимаясь стиркой и уборкой, а потом мы как-то разговорились со свекровью и она спросила, почему я не хочу поехать на рыбалку вместе с мужем. Я попросила мужа взять меня с собой, и теперь мы ездим на рыбалку вместе. В компании заядлых рыбаков я — единственная женщина, и сначала мужчины надо мной подшучивали, потому что я сначала вязала, устроившись где-нибудь в тени, а теперь научилась ловить рыбу не хуже их, и они мне иногда даже завидуют. Удивляюсь женщинам, которые сетуют на увлечение мужей рыбной ловлей. В этом нет ничего суперского, но зато какое мы все получаем удовольствие! Ведь главное — мы вместе! А вязать под музыку, льющуюся из радиоприемника, я стала зимними вечерами, в будние дни. **Надежда, 31.**

ПРИВЕДИТЕ СЕБЯ В ПОРЯДОК

После рождения сына я, естественно, не могла уделять себе, любимой, столько же времени, как раньше. И хотя мальчик рос спокойным, я жила в постоянной тревоге, стала нервной и вспыльчивой. А тем временем муж стал все чаще задерживаться на работе. Я не хотела подозревать его в интересе к другим женщинам, но было обидно, что его не тянет домой, а ребенком я занимаюсь одна. Было так обидно, что я стала даже подумывать о разводе.

Но однажды, пробегая с кастрюлькой в руках мимо зеркала, я увидела в нем задерганную женщину неопределенного возраста с печально-озабоченным и даже каким-то озлобленным лицом. «А на кого я обижаюсь? — подумала я. — Кто может заинтересоваться существом, которое мечется между кухней и детской, забывая взглянуть на себя в зеркало? Ведь когда Андрей полюбил меня, я и выглядела подругому, и интересы у меня были иные. О чем со мной сейчас можно поговорить? О преимуществах естественного вскармливания перед искусственным? Или о том, какие подгузники оптимальны по соотношению цены и качества? Это может быть интересно только такой же мамочке, как я, но не молодому мужчине. А я еще думала о разводе! Надо что-то делать, чтобы муж сам меня не бросил! И я решила серьезно взяться за себя. Собираясь на прогулку с сыном, стала одеваться, как раньше на работу — с красивой прической и полным макияжем. Перестала смотреть слезливые сериалы, а под руководством тренера из спортивной программы выправляла дефекты фигуры. Я стала нравиться себе, у меня улучшилось настроение, появилось время почитать серьезную литературу, теперь со мной можно поговорить не только о подгузниках. Я стала чаще улыбаться и даже петь — и в доме воцарилась теплая душевная атмосфера. А муж теперь летит домой, как на крыльях, чтобы успеть погулять с красивой женой и сынишкой. **Людмила, 28.**

ЖИВИТЕ СВОЕЙ ЖИЗНЬЮ

Работа моего мужа связана с длительными командировками. Сначала я очень тосковала по нему, оставаясь одна, плакала, переживала, считала себя одинокой женщиной при живом муже и даже подумывала о разводе.

А потом ко мне приехала погостить моя сестра с Дальнего Востока, у которой муж — капитан дальнего плавания, и я пожаловалась ей на свою жизнь. Она отреагировала неожиданно: «Да ты просто не видишь своего счастья! Ведь каждый раз, когда встречаешь мужа после долгой разлуки, вы возвращаетесь в свой медовый месяц! Ваша любовь вспыхивает снова и снова! А когда ты ждешь его из командировки, то можешь с полным правом отдохнуть от повседневных дел и посвятить это время себе. Ты чувствуешь себя одинокой не когда ты одна, а когда тебе скучно самой с собой. Вот у нас есть клуб, а в нем разные кружки по интересам. Мы, жены моряков, дружим, тесно общаемся, помогаем друг другу, и никто не скучает! Неужели у тебя нет подруг?»

После отъезда сестры я разыскала бывших подруг, мы стали вместе ходить в театр, в бассейн, на каток, просто встречаться за чашкой кофе...

Я часто вспоминаю слова сестры и больше не жалею себя, несчастную, а в то время, когда мужа нет рядом, живу полной жизнью и жду очередного «медового месяца». Да, я могу назвать себя счастливой, потому что у меня есть и любимый муж, и своя жизнь. **Светлана, 29.**

Как видите, из одиночества в семье можно найти выход. Не ждите, когда кто-то придет и сделает вашу жизнь счастливой, а каждый день сами делайте ее полноценной. Вариантов множество, и успех зависит только от вашего желания найти свое «лекарство от одиночества».



ЗВЕЗДЫ НА НЕБОСКЛОНЕ РОМАНТИКА



Все, кто знаком с биографией Александра Степановича Гриневского, поражаются тому, как мог человек, которому досталась невероятно тяжелая судьба, как бы определявшая ему стать озлобленным на весь мир злодеем, сохранить в себе дар могучего воображения, чистоту чувств и застенчивую улыбку. Ведь именно ему принадлежит давно ставшая расхожей фраза о счастливом завершении испытаний героев: «Они жили долго и умерли в один день», очень напоминающая концовки русских народных сказок...

Может, так случилось потому, что в его жизни нашлось место нескольким женщинам, помогавшим ему воочию увидеть неведомые страны и рассказать о них всем? И именно им мы должны быть благодарны за писателя, чье школьное прозвище теперь известно всем как имя, неотделимое от романтики и приключений — Грин, и за его великую страну «Гринландию», куда манят нас стремительно бегущие по волнам корабли с алыми парусами?!

ВИДИМАЯ ЖИЗНЬ АЛЕКСАНДРА ГРИНА

Грин от рождения до смерти прожил как бы две жизни: видимую для окружающих и невидимую — свою внутреннюю, практически никому не доступную и находившую свое проявление лишь в его книгах.

Видимая жизнь его была чрезвычайно тяжелой. Годы беспросветной нищеты, тюрьмы, ссылки, несколько раз перенесенный тиф и голод, хронический голод, преследовавший его почти всю жизнь — за полвека, проведенные на этой брэнной земле, ему досталось, в общей сложности, наверное, пять-восемь «сытых» лет.

...Читать маленький Саша начал в 6 лет, а первой книгой его стала свифтовская «Путешествия Гулливера», после нее он навсегда полюбил истории о мореплавателях и путешествиях.

Семья его жила практически в нищете, отец частенько запивал, мать тихо угасала от чахотки. С учебой дела шли кое-как, да еще уже в подростковом возрасте ему, старшему из детей, пришлось, буквально за гроши, заниматься переплетением книг, переписыванием смет городской больницы и ролей для актеров местного театра. Но где-то за чертой серого унылого горизонта ему виделись страны, где пылают свет, бушуют морские вихри и колышутся цветущие травы.

В 1896 году шестнадцатилетний Саша Гриневский покинул унылую Вятку. В кармане у него лежали данные ему на дорогу отцом пять рублей, а где-то далеко впереди призывно отблескивали алым паруса незнакомых кораблей...

Около пяти лет он «блуждает по жизни», надеясь отыскать свою мечту: голодает и бродяжничает в Одессе, слоняется по порту и робко просит капитанов взять его матросом, но хилый юноша с мечтательными глазами слышит либо издевательский смех, либо грубый отказ. Он все-та-

ки сумел устроиться матросом и даже побывал за границей — в египетской Александрии. Но, разругавшись с капитаном, вновь оказался на берегу: работал банщиком, писцом в канцелярии, забивал сваи в порту, счищал краску со старых пароходов, грузил лес, гасил пожары на нефтяных вышках, надрывался тяжелыми сетями в рыбачьей артели на соленых просторах Каспия. Когда долго не удавалось найти работу, просил милостыню. Ночевал в пустых котлах на пристани, под опрокинутыми лодками или под заборами. Поняв, что здесь не выжить, отправился за другой мечтой — зимой, в морозы, ушел пешком на Урал. Вкалывал от зари до зари на приисках, сплавлял лес; охотился в лесах под Котласом; гонял купеческие баржи по Волге и Каме...

Устав от бесплодной борьбы, Грин решил идти в солдаты. В армии он познакомился с эсерами и, дезертировав со службы, с головой ушел в революционную работу. «Долговязый» — такой была партийная кличка Грина — оказался отличным пропагандистом и оратором, эсеры высоко ценили его работу среди матросов. Соответственно, следом за революционной работой последовали аресты, тюрьмы и ссылки...

ЛЮБОВЬ С КРИМИНАЛОМ

Еще весной 1903 года Грин познакомился с «боевой подругой» — эсеркой Катей Бибергаль. Чувство вспыхнуло в обоих молодых людях одновременно, к тому же, их сплавивала и совместная борьба за лучшее будущее.

Катя была дочерью народовольца, воспитание и окружающая действительность сделали ее убежденной революционеркой. Она обещала выйти за Гриневского замуж, но постепенно между ними начался разлад — по-видимому, из-за совершенно разного подхода друг к другу и к революции. Встреча с решительным объяснением произошла зим-

ним вечером 1905 года, накануне Рождества, и объяснение было не просто бурным, а — криминальным. В гневе Грин выстрелил в грудь своей возлюбленной. Рана оказалась не тяжелой, и девушка быстро пошла на поправку. Александра она не выдала, но и не заговорила с ним встречаться, даже на минуту.

Больше Грин никогда ее не видел. В 1908 году Екатерина Бибергаль за участие в покушении на великого князя Владимира Александровича угодит на каторгу...

ТЮРЕННАЯ «НЕВЕСТА»

Начало нового, 1906 года Грин встретил в петербургских «Крестах»: был арестован во время облавы. В полиции быстро дознались, что паспорт у него — подложный, и что перед ними Александр Гриневский, осужденный на десять лет ссылки в Сибирь и вышедший по амнистии два месяца назад.

Передачи Гриневскому в тюрьму носила подысканная его сестрой Натальей «тюремная невеста» — так называли девушек, приходящих на свидания к заключенным, у которых в столице не было ни родных, ни знакомых. «Невестой» согласилась побыть дочь состоятельного чиновника, выпускница Бестужевских курсов, сочувствовавшая революционному движению — 24-летняя Вера Павловна Абрамова.

...Вскоре Гриневский был по суду сослан в Тобольск, но по дороге сумел бежать. Сначала добрался до Вятки, где отец выкрал для него из городской больницы паспорт умершего пациента Мальгинова. И вскоре Гриневский появился на пороге петербургской квартиры своей «тюремной невесты». Он надеялся, что эта красивая умная девушка к нему равнодушна и оценит, что ради нее он сбежал из Сибири. Она была к нему равнодушна и поступок оценила...

Отец же Веры Павловны пришел в

ужас, когда узнал, что его дочь сошлась с беспаспортным бродягой без образования и определенных занятий; когда Вера и Александр стали жить вместе, отец отказал им в денежной помощи.

...Та самая, расхожая, фраза про «жили долго и умерли в один день» заканчивается рассказ «Сто верст по реке», написанный в 1912 году, где главные герои, Нок и Гелли — это сам Грин и Вера...

Они прожили вместе семь непростых лет.

СЕМЬ ЛЕТ И... ВСЯ ЖИЗНЬ

Первый год их совместной жизни ознаменовался вхождением Александра Гриневского в литературу. Летом 1906 года по совету видного эсера Быховского Грин написал два «пропагандистских» рассказа — «Заслуга рядового Пантелеева» и «Слон и Моська»; их издали в виде агитбюллетеня для солдат, подавлявших крестьянские волнения. И хотя весь тираж был конфискован, Грин получил свой первый гонорар, и неплохой — 75 рублей. А в декабре того же года были опубликованы рассказы Грина «В Италию», ставший первым из дошедших до читателей.

Грин понял: это — его, именно об этом были мечты, упрямыми ростками затейливо пробивавшиеся через тяготы и ужасы окружающего мира. Он начал печататься, и время унижений, голода стало медленно уходить в прошлое — первые месяцы свободного и любимого труда казались Грину чудом.

Он стал писателем! В первые годы Грин печатал по 25 рассказов. В начале 1908 года в Петербурге у Грина вышел первый авторский сборник, в 1910-м — второй. Он знакомится с Алексеем Толстым, Леонидом Андреевым, Валерием Брюсовым и другими крупными литераторами, особенно сблизился с А.И. Куприным. Но... Быть может, сказались три десятилетия голодной беспроектной жизни, однако Грин, отошедший от эсеров и революционной деятельности, неосторожно «вшангул» в жизнь литературной богемы со всеми ее причудами и издержками. Впервые в жизни Грин стал зарабатывать много денег, которые у него абсолютно не задерживались, быстро исчезая после кутежей и карточных игр.

К сожалению, не только в деньгах было дело. В своих воспоминаниях Вера Павловна жалуется не только на постоянные кутежи Грина, но и на непредсказуемость и неуправляемость, взаимное непонимание. Сам он через десятилетия так рассказывает об этом: «Меня прозывали «мустангом», так я был заряжен жадой жизни, полон огня, образов, сюжетов. Писал с размаху, и всего себя не изживал. Я доверялся до жизни, накопив алчность к ней в голодной, бродяжьей, сжатой юности, тюрьме. Жадно хватал и поглощал ее. Не мог насытиться. Тратил и жег себя со всех концов. Я всё прощал себе, я еще не находил себя». Но и с ним находить общий язык было все труднее.

В июле 1910 года власти обнаружили, что писатель Грин — это беглый ссыльный Гриневский, и сослали его в Пинегу под Архангельском. Вера поехала с

ним, им разрешили официально обвенчаться. Жизнь в провинциальном захолустье, наводившем на Грина тоску, а Вере Павловне казавшемся спасительным раем, на время отдала грозный развод...

В мае 1912 года Гриневские вернулись в Петербург. Теперь Грин, как писала в мемуарах Вера Павловна, стал «легальным человеком и писателем с именем». И — писатель Грин пишет все новые прекрасные рассказы, а обычный человек Александр Гриневский уходит в почти непрерывные кутежи. Последней каплей для Веры Павловны стал побег Грина из лечебницы для алкоголиков, куда он лег по ее настоянию — он, видите ли, никак не мог пропустить день рождения Александра Куприна!..

Осенью 1913 года Вера ушла от него. Грин сделал несколько попыток примирения, но без успеха. На своем сборнике 1915 года, подаренном Вере, Грин написал: «Единственному моему другу». С портретом Веры он не расставался до конца жизни...

ПРОСТО МУЗА

Уход Веры очень сильно повлиял на Грина. Из запойного кутежника он вновь превратился в «мустанга»: писал почти непрерывно, с ненасытной жадой перечитывал множество книг, стремясь всё узнать, испытать, перенести в свои рассказы.

Летом 1919 года Грин заразился сыпным тифом, месяц провалялся в горячечном бреду, но выжил. Помог М. Горький, приславший еды и лекарств. При его же содействии Грину после выздоровления удалось получить академический паек и комнату в доме, где жили Н. Гумилев, В. Рождественский, О. Мандельштам, В. Каверин. Грин жил отшельником, почти ни с кем не общался, но именно здесь он написал свое самое знаменитое, трогательно-поэтическое произведение — феерию «Алые паруса». В числе первых этот шедевр оценил Максим Горький, часто читавший гостям эпизод появления перед Ассоль сказочного корабля...

Весной 1921 года Грин женился на 26-летней медсестре Нине Николаевне Мироновой. Они были знакомы еще с 1918 года, когда Нина работала в газете «Петроградское эхо». Новая встреча произошла в январе 1921 года: Нина отчаянно нуждалась и продавала вещи, Грин практически спас ее от голодной смерти, а через месяц сделал ей предложение. В течение отведенных Грину судьбой одиннадцати последующих лет они не расставались, и оба считали свою встречу подарком судьбы. Именно ей посвятил Грин феерию «Алые паруса»: «Нине Николаевне Грин подносит и посвящает Автор».

Вскоре Грин решил приступить к своему первому роману, который назвал «Блестящий мир». В 1924 году роман был напечатан в Ленинграде. На гонорары Грин устроил пир, съездил с Ниной в свой любимый Крым и купил квартиру в Ленинграде, затем продал эту квартиру и переехал в Феодосию.

С МУЗОЙ — НА ГОЛОДНОМ ПАЙКЕ

В Крыму супруги жили достаточно уединенно, изредка навещая в Коктебеле Максимилиана Волошина. Грин очень плодотворно работал. Итогом стали четыре романа: «Золотая цепь», «Джесси и Моргиана», «Дорога никуда» и главный гриновский шедевр — «Бегущая по волнам». Все эти произведения ему удалось напечатать с огромным трудом, ожидая по два-три года. Писатель с его романтическим уклоном не очень-то вписывался в идеологию «советской романтики» конца 1920-х годов. Грин грустно отмечал: «Эпоха мчится мимо. Я не нужен ей — такой, какой я есть. А другим я быть не могу. И не хочу»!

«Эпоха» мстила: Грина совсем перестали печатать, супруги страшно нуждались; переехали в Старый Крым, где жизнь была подешевле. Писатель клеил фанерные шкатулки для продажи на рынке, но покупали их очень редко. Он сделал лук и попытался настрелять птиц на окраинах Старого Крыма — из этого тоже ничего не вышло...

Летом 1931 года Грин съездил в Москву, но ни одно издательство не проявило к нему интереса, на просьбу о пенсии от Союза писателей последовал отказ. И вот тогда Грин, по словам Нины Николаевны, «стал умирать».

В очередной раз реальная действительность победила Грина. Что могла поделаться его милая, любимая муза?! Ведь она не могла отвечать за творимое людьми, она «отвечала» только за вдохновение! И с этим проблем у Грина никогда не возникало. У него не было жесткого правила: каждый день выдавать на-гора столько-то страниц. Да оно и не нужно ему было: его вдохновение горело неиссякаемым огнем, черпая энергию в богатстве воображения, где воедино сошлись ало-парусная мечта о счастливом случае и реальное существование живых «звездочек»-муз, прочертивших сверкающий след на небосклоне его жизни...

Александр Грин скончался 8 июля 1932 года от рака желудка. За два дня до смерти попросил пригласить священника и исповедался. Похоронен он был на старокрымском городском кладбище; его последняя муза выбрала для него место, откуда видно море...

P.S. В Санкт-Петербурге существует традиция: в ночь школьного выпускного бала в устье Невы входит корабль с алыми парусами. И, возможно, откуда-нибудь с запредельных высей за ним с легкой застенчивой улыбкой наблюдает Александр Грин...

Подготовил Саша МИРТ по материалам: А. Варламов. Александр Грин. Биография; Н. Грин. Воспоминания об Александре Грине; Л. Михайлова. Александр Грин: Жизнь, личность, творчество; И. Буккер. Жизнь Александра Грина; и Интернет-сайтов



ВОПРОСЫ ЮРИСТУ

О кредитах и коллекторах О наследовании имущества и долгов по алиментам

Мы прожили с мужем два года, а потом он тайком от меня взял в банке кредит на большую сумму.

Это и послужило основным поводом для развода. Через два года я снова вышла замуж, родила ребенка, а с бывшим мужем после развода больше не общалась, мы с ним даже не перезванивались, так как нас ничего не связывало.

Недавно мне начали звонить коллекторы и требовать возврата денег по кредиту мужа. Оказывается, он умер и, естественно, кредит не выплатил. Квартира, в которой он проживал, была съемной, из родственников — одна мать, которая тяжело болеет и живет в деревне на мизерную пенсию.

Никакие мои объяснения, что с мужем я не жила довольно продолжительное время, что у меня другая семья, не принимаются. Мне говорят, что в тот момент, когда бывший муж брал кредит, мы жили с ним в зарегистрированном браке, значит, по его кредиту должна платить я.

Объясните, пожалуйста, имеют ли коллекторы право требовать с меня выплаты кредита и что мне теперь делать.

Начнем с того, что разговаривать с кем-либо относительно

но кредита бывшего мужа Вы вообще не обязаны. Если банк уступил какой-то организации свое требование к Вашему бывшему супругу, то для того чтобы что-то требовать с Вас, данная организация должна обратиться с соответствующим иском в суд. Под иском понимается документ, в котором одна сторона, обращаясь в суд, просит взыскать что-либо с другой стороны и прикладывает к этому иску документы, обосновывающие заявленное требование. Хотелось бы сразу обратиться Ваше внимание, что исковое заявление должно быть Вам направлено именно судом. Если Вы получите письмо, в котором некая организация требует от Вас уплаты долга, указывая платежные реквизиты, на него не следует обращать никакого внимания, поскольку очень часто такие письма рассылают мошенники.

Отвечая по сути на Ваш вопрос, необходимо отметить следующее. Пунктом 2 ст. 45 Семейного кодекса РФ установлено, что взыскание обращается на общее имущество супругов по общим обязательствам супругов, а также по обя-

зательствам одного из супругов, если судом установлено, что все, полученное по обязательствам одним из супругов, было использовано на нужды семьи.

Из данной нормы следует, что требовать взыскания лично с Вас денежных средств в счет кредита бывшего супруга можно лишь в том случае, если кредит был потрачен Вами с бывшим супругом на нужды семьи. Установить это может лишь суд, соответственно, на тех, кто обратится в суд с иском, будет лежать обязанность по доказыванию того, что деньги пошли на нужды семьи, что достаточно затруднительно, если кредит был взят на потребительские цели, а не на цели, скажем приобретения жилья, в котором проживала семья.

В любом случае, если Вы получите исковое заявление из суда о взыскании с Вас задолженности по кредиту, который брал Ваш бывший супруг, рекомендуем обратиться к юристу, чтобы грамотно подготовить возражения на данный иск.

После смерти моего бывшего мужа, злостного неплательщика алиментов, лишённого родительских прав, остался долг по алиментам на сына Алексея, 1992 года рождения.

Бывший муж проживал с матерью в однокомнатной квартире, где они имели по 1/2 доли собственности.

Муж умер 17.01.2013 г. В марте 2013 г. мать оставила завещание, где указала наследниками родного брата мужа и его дочь по 1/2 на каждого от всего имущества, принадлежащего ей.

В мае 2014 г. мать стала инвалидом I группы и подарила 1/2 долю в квартире своему сыну. В наследство после умершего младшего сына (моего бывшего мужа) не вступила.

Мой сын Алексей в то время служил по контракту за пределами РФ и вступить в права наследования не смог. В сентябре 2014 г. приехал навестить бабушку, а 26.09.2014 г. бабушка умерла.

По решению суда от 27.11.2015 г. моему сыну Алексею был восстановлен срок для принятия наследства и он признан принявшим наследство в виде 1/4 доли в праве собственности. Вторую половину от доли отца суд посчитал автоматически принятой престарелой больной матерью, но она умерла, и по ее завещанию суд решил по 1/8 в пользу брата бывшего мужа и его дочери.

ВОПРОСЫ:

1. После оформления дарственной завещание не теряет своей силы?

2. Могу ли я предъявить долг наследникам?

3. Если подать иск на долги наследникам, то в какой суд обращаться, так как все проживают в разных городах, а оспариваемая квартира находится в Республике Татарстан.

У юристов, к которым мы обращались, мнения разные.

Исходя из текста Вашего письма, бабушка завещала своему сыну и внучке все то, что ей будет принадлежать на день смерти. Соответственно, подарила она ту долю (свою 1/2), которая ей принадлежала изначально, а по завещанию сын и внучка унаследовали ту 1/4, которую бабушка приняла после смерти Вашего бывшего мужа. Если бы у бабушки к моменту смерти не осталось имущества, то и наследовать по завещанию было бы нечего. Но, с учетом того, что после дарения своей доли у нее возникло новое имущество, сын и внучка унаследовали это имущество по завещанию.

Наследники отвечают по долгам наследодателя в пределах стоимости имущества, перешедшего к ним. Соответственно, если Вы хотите взыскать задолженность по алиментам, то ответчиками у Вас формально должны быть и брат Вашего бывшего мужа, и его дочь, и Ваш сын, поскольку он тоже является наследником. Взыскивать с брата и его дочери можно только половину задолженности по алиментам, если она не превышает стоимости той 1/4 доли, которая к ним перешла по наследству.

Иск о взыскании задолженности по алиментам можно подать в суд либо по месту жительства брата Вашего мужа, либо его дочери.

Но прежде чем обращаться в суд с иском, подумайте, насколько целесообразно это вообще делать. Вашему сыну принадлежит 1/4 доля в квартире, вероятно, реально пользоваться этой долей ему затруднительно. Может быть, имеет смысл попытаться договориться с родственниками о том, что они выкупают долю Вашего сына в квартире?

Предъявление же иска о взыскании задолженности по алиментам едва ли будет способствовать достижению консенсуса.

На вопросы отвечали
независимый советник
по правовым вопросам,
член международной
ассоциации юристов
Н.И. АЛИМКИН
и адвокат
О.Н. АЛИМКИНА

КОКОТЕСТ: НЕМНОГО О ЛЮБВИ

Если вы помните, то кокотесты построены на ассоциациях. Вот почему любовные отношения в них иногда показывают на примерах животных.

Конечно, не все любят четвероногих и пернатых, но даже у ярых противников фауны есть свое отношение к «братьям меньшим». Кто-то из них вызывает прямо-таки омерзение, а на кого-то невозможно смотреть без улыбки умиления. Отсюда и ассоциации. А теперь настало время проверить, как вы сами относитесь к любви, мужчинам и семье.

Обратите внимание! Чтобы получить по-настоящему правдивую картину, отвечайте на вопрос каждой ситуации сразу, не задумываясь.

вость и зависимость от настроения, бороться с которыми вы бессильны.

КРОКОДИЛ — жестокость, агрессивность, неумение жалеть.

АКУЛА — напористость и готовность идти по головам, не останавливаясь ни перед чем.

4 Если бы только одно животное могло разговаривать, вы бы предпочли, поговорить с: **ОВЕЧКОЙ, ЛОШАДЬЮ, КРОЛИКОМ, ПТИЦЕЙ?**

Ваш выбор символизирует отношения с любимым мужчиной, о которых вы мечтаете.

ОВЦА — такая близость и созвучие мыслей, что понимать друг друга можно без слов.

ЛОШАДЬ — предельная откровенность, позволяющая без утайки говорить с любимым на любые темы.

КРОЛИК — настолько теплые отношения, что этот человек всегда будет присутствовать в ваших мыслях.

ПТИЦА — счастье от общения и близости с ним на долгие годы.

5 Вы оказались на необитаемом острове и мечтаете о компаньоне. Это: **ЧЕЛОВЕК, СВИНЬЯ, КОРОВА или ПТИЦА?**

Ваш выбор показывает, способны ли вы изменить своему мужчине.

ЧЕЛОВЕК — вы настолько уверены в своих чувствах, что об измене не может быть и речи.

СВИНЬЯ — вам трудно сопротивляться своим желаниям, и при определенных обстоятельствах вы можете изменить.

КОРОВА — вы настолько сдержанны в своих желаниях, что вряд ли пойдете на этот шаг.

ПТИЦА — вы считаете, что люди рождены свободными, и верность для вас — пустой звук.

6 У вас есть возможность приручить животное. Кто это будет: **ДИНОЗАВР, БЕЛЫЙ ТИГР, БЕЛЫЙ МЕДВЕДЬ, ЛЕОПАРД?**

Ваш выбор определяет отношение к браку.

ДИНОЗАВР — вы считаете, что счастливых браков не существует.

БЕЛЫЙ ТИГР — для вас брак — великое счастье, вы всегда будете ценить и мужа, и свою семью.

БЕЛЫЙ МЕДВЕДЬ — вы боитесь, что брак может ограничить вашу свободу.

ЛЕОПАРД — вам всегда хотелось выйти замуж, но как строить семью и отношения после свадьбы, вы не знаете.

7 Если бы вы могли на 5 минут превратиться в животное, кем бы вы хотели стать: **ЛЬВОМ, КОШКОЙ, ЛОШАДЬЮ, ПТИЦЕЙ?**

Ваш выбор раскроет ваше отношение к любви.

ЛЕВ — вы считаете, что люди живут для того, чтобы любить.

КОШКА — вы самодостаточная эгоистичная натура и считаете, что любовь вы можете заполучить в любой момент — стоит только захотеть.

ЛОШАДЬ — длительные отношения вас утомляют, вы не можете жить без постоянной смены впечатлений, поэтому семейным узам предпочитаете флирт.

ПТИЦА — для вас любовь — это прежде всего доверие и равноправные отношения.

1 Представьте себе, что наступает конец света и у вас есть возможность спасти животное, но только одно. Кого вы выберете: **КРОЛИКА, ОВЦУ, ОЛЕНЯ или ЛОШАДЬ?**

Ваш выбор символизирует мужчину, который бы мог вам понравиться.

КРОЛИК — неприступный и холодный внешне, но очень нежный и теплый в отношениях с близкими.

ОВЦА — покладистый и неконфликтный, согласный на роль ведомого.

ОЛЕНЬ — холерный и элегантный красавчик с манерами аристократа.

ЛОШАДЬ — безудержный в проявлениях любви и свободолюбивый.

2 Если бы вам пришлось прожить жизнь животного, кем бы вы хотели стать: **СОБАКОЙ, КОШКОЙ, ЛОШАДЬЮ, ЗМЕЕЙ?**

Ваш выбор определяет впечатление, которое вам хотелось бы производить на мужчин.

СОБАКА — верная и преданная подруга.

КОШКА — элегантная, изящная и свободная красotka.

ЛОШАДЬ — неунывающая оптимистка.

ЗМЕЯ — завораживающе-сексуальная роковая женщина.

3 Если бы в вашей власти было убрать одно из животных с лица земли, кого бы вы выбрали: **ЛЬВА, ЗМЕЮ, КРОКОДИЛА, АКУЛУ?**

Ваш выбор может ассоциироваться с теми чертами характера мужчины, из-за которых вы могли бы порвать с ним отношения.

ЛЕВ — надменность и высокомерие.

ЗМЕЯ — эмоциональная неустойчи-



ЛУЧШИЕ НЕУДАЧНИКИ

В этом году в мире шоу-бизнеса произошло выдающееся событие: всеми любимый Леонардо ДиКаприо наконец-то получил долгожданного «Оскара»! По этому поводу долго бурлили все соцсети, народ радовался за Лео как за родного. Но, как выяснилось, среди наших любимчиков еще немало актеров, которые пока что не дождались своей золотой статуэтки. Кто же попал в этот «черный» список?



Джулианна МУР

Эту актрису можно назвать рекордсменкой по несбывшимся мечтам получить золотую статуэтку. Благодаря своему таланту и трудолюбию актриса выдвигалась в номинанты на премию «Оскар» целых четыре раза! Впервые возможность завоевать награду появилась у Джулианны в 1998 году за работу в картине «Ночи в стиле буги». Спустя два года судьба снова предоставила актрисе шанс подняться на сцену за заветной статуэткой за лучшую женскую роль в фильме «Конец романа». Однако и на этот раз ее ждала неудача. В 2003 году она была номинирована сразу в двух категориях: «Лучшая женская роль» в картине «Вдали от рая» и «Лучшая женская роль второго плана» в драме «Часы». И вновь старания актрисы не увенчались успехом, хотя принесли ей всенародную любовь. Когда же, наконец, ей улыбнется удача?



Джонни ДЕПП

Трехкратный номинант «Оскара», который так и не поднялся на сцену, чтобы всплакнуть и поблагодарить своих близких и коллег, сыгравших в его жизни и

карьере немаловажную роль — Джонни Депп. Картина «Пираты Карибского моря: Проклятие «Черной жемчужины» очень понравилась зрителям, но, к сожалению, не принадлежит к тем жанрам, которые по душе членам киноакадемии США. По мнению зрителей, Джек Воробей — действительно лучший пират всех времен и народов, и за эту роль он был номинирован на получение «Оскара», но, к сожалению, киноакадемики имеют другую точку зрения. Второй номинации Депп удостоился год спустя за главную роль в фильме «Волшебная страна». И опять удача прошла мимо. Третья номинация Деппа была в 2008 году за фильм «Суини Тодд, демон-парикмахер с Флит-стрит», но и в этот раз, как говорится, не сложилось...



Хелена БОНЕМ КАРТЕР

Эксцентричная и несколько эпатажная, муза и жена Тима Бертона, актриса Хелена Бонем Картер, была дважды номинирована на «Оскар»: первый раз в 1998 году за работу над картиной «Крылья голубки», а второй — уже в 2011-м за роль в ленте «Король говорит!», но так и не получила заветную статуэтку.

Кэмерон ДИАС

Еще одна прекрасная актриса, любимица публики, Кэмерон Диас не может похвастаться ни одной стоящей кинонаградой, хотя картины-хиты с участием этой раз-

ноплановой актрисы выходят в прокат практически каждый год.

«Мой ангел-хранитель», «Банды Нью-Йорка», «Каждое воскресенье», «Отпуск по обмену», «Кое-что о Мэри» — кто из любителей кино не смотрел или хотя бы не слышал об этих картинах в «послужном списке» Диас? Так почему же она до сих пор не была даже номинирована на «Оскар»?!



Джон ТРАВолТА



Старый, добрый Джон... Ну как же его оставили без внимания кино-критики?! Траволта был номинирован на «Оскар» дважды: в 1978 году за полюбившийся публике фильм «Лихорадка субботнего вечера» и в 1995 за ставший культовым блокбастер «Криминальное чтиво». Но оба раза «Оскар» ушел к другому. На наш взгляд, просто вопиющая несправедливость!



Харрисон ФОРД

То же самое относится и к любимцу женщин Харрисону Форду. Он номинировался на получение премии в 1986 году за работу в фильме «Свидетель», но удача прошла мимо. Хотя кроме этой роли, у Форда много достойных работ. Вспомните его в фильмах про Индиану Джонса — он на самом деле достоин!



Ричард ГИР

За одну только роль в «Красотке» все женщины планеты безоговорочно присвоили бы Гиру «Оскар». Но... Знаете ли вы, что этот любимец публики даже никогда не был номинирован? Да, киноакадемики не рассматривали его персону на получение главной награды Голливуда. Вообще.



Уилл СМИТТ

Надежда на победу была у этого известного актера дважды. В 2002 году Уилл впервые был удостоен номинации «Лучшая мужская роль» за работу в драме «Али», а спустя пять лет — в 2007 году, за главную роль в картине «В погоне за счастьем». Во втором случае шансы были более чем высоки, но конкуренты буквально вырвали победу.



Том КРУЗ

Обаятельной улыбке Тома Круза пока что хватило только на то, чтобы трижды войти в список номинантов на «Оскар». Впервые это произошло в 1990 году

после выхода картины «Рожденный четвертого июля». Но тогда его обошел Дэниел Дэй-Льюис с фильмом «Моя левая нога». Готовил праздничную речь Том и в 1997 году за фильм «Джерри Магуайер», а затем и в 2000-м за фильм «Магнолия». Картины, в которых он снялся, вызвали большой успех у зрителя, но для «Оскара» этого оказалось недостаточно.



Роберт ДАУНИ-МЛАДШИЙ

Еще одна голливудская несправедливость — отсутствие «Оскара» в числе трофеев этого прекрасного актера, снявшегося за свою карьеру в кино более чем в двухстах фильмах.

Роберт Дауни-младший дважды надеялся подняться на сцену за заветной статуэткой: первый раз в 1993 году, когда он был выдвинут за «Лучшую мужскую роль» в фильме «Чаплин», и, скорее всего, стал бы лауреатом премии, если бы не слишком серьезная конкуренция. Тогда статуэтка оказалась в руках восхитительного Аль Пачино за его работу в ленте «Запах женщины». Второй раз возможность исполнить мечту представилась Роберту лишь спустя много лет, в 2009 году, но его роль в картине «Солдаты удачи», к сожалению, так и осталась неоцененной.



Гэри ОЛДМАН

Не меньше удивления вызывает отсутствие премии у следующего признанного актера — Гэри Олдмана. Красавец-мужчина с самым пронзительным взглядом Голливуда разбил не одно сердце. Четырежды женатый на самых ярких женщинах

планеты, он был лишь раз номинирован на премию «Оскар»! И это несмотря на то, что в арсенале его работ числятся такие мировые шедевры как «Леон», несколько частей «Темного рыцаря», «Пятый элемент», «Планета обезьян» и многие другие известные блокбастеры. Но, несмотря на такой солидный послужной список, создатели премии выдвинули Олдмана на «Оскар» только в 2012 году. Картина «Шпион, выйди вон!» запомнилась многим зрителям по замечательной игре актера и привлекла внимание киноакадемиков. К сожалению, Гэри так и не получил заветную статуэтку, но мы уверены, что это не последняя его попытка получить премию. Тем более, что сам Олдман — настоящий оптимист. «Не премии показатель успешности актера, а зрительская любовь», — говорит актер. Так держать, Гэри!



Джим КЕРРИ

Да-да, у него тоже нет «Оскара»! Миллионы зрителей просто обожают комика за его роли в фильмах «Маска», «Эйс Вентура» (1 и 2), «Брюс Всемогущий», «Шоу Трумана», «Вечное сияние чистого разума» и др. Дважды лауреат премии «Золотой глобус», номинант на премию BAFTA, актер при этом ни разу за свою карьеру не был номинирован на кинопремию «Оскар». Как вам такое отношение кинокритиков?



Брюс УИЛЛИС

И завершает череду неудачников не кто иной, как сам Брюс Уиллис. Любимец публики стабильно занимает позиции одного из самых высокооплачиваемых актеров Голливуда. Его бесподобный «Крепкий орешек», а также культовые герои в фильмах «Пятый элемент», «Армагеддон», «Шестое чувство», несомненно заслуживают высоких наград. Но несмотря на огромную популярность, пока что в арсенале Брюса всего две награды: «Золотой глобус» и «Эмми», которые актер получил за роль в сериале «Детективное агентство «Лунный свет».

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

ТРУДОГОЛИКИ

АКТРИСЫ Евгения ДМИТРИЕВА и Ольга МЕДЫНИЧ

Все актеры, конечно, любят свою работу и готовы много играть и сниматься — были бы роли. Но далеко не все готовы положить на алтарь актерского ремесла все свое время, отпущенное и на работу, и на отдых, и на личную жизнь. Пынешние героини — из тех, кто готовы. Хотя и дети у них есть (под присмотром бабушек), и мужчины (на расстоянии), и отдых (кратковременный). Но все равно на первом месте у них — любимая работа.

Евгения ДМИТРИЕВА: «В МОЕЙ ЖИЗНИ — ТРИ МАМЫ»

Первая мама — это мамочка-мама, которая с самого раннего детства смогла так построить отношения с дочкой, что Женя всегда поступала правильно и при этом никогда не чувствовала родительского диктата.

У ее мамы потрясающее умение находить общий язык с детьми, поэтому все подружки Евгении Дмитриевой, родившие детей, звали ее маму к себе в качестве няни, ведь сама Евгения долго откладывала рождение ребенка, словно дожидалась маминой пенсии.

Лишь в 39 лет актриса родила сына Марка и тут уж бабушка оставила работу — ради внука.

Можно быть на сто процентов уверенными, что пятилетний Марк уже умеет танцевать испанский танец, который был коронным танцем у его мамы Жени — и в школьные годы, и при поступлении в театральный институт. Вернее, в театральные вузы: ведь она, как большинство абитуриентов-актеров, поступала во все, кроме ВГИКа, который для нее, москвички, был расположен далеко от дома. Успешно прошла все туры в два театральных училища: имени Щепкина и имени Щукина — и осталась учиться в первом.

ИСПАНСКИЙ ТАНЕЦ

И тут стоит вспомнить испанский танец. Танцевала она хорошо, потому что мама профессионально занималась танцами, но на просмотре театральная комиссия от души хохотала: довольно упитанная (а Дмитриева в то время была скорее толстой, чем стройной) «испанка» в ярко-красном платье, с четкими, отточенными движениями и... с перебинтованными щеками, лбом и шеей: Женя в это время страдала авитаминозом и фурункулезом.

Правда, при чтении стихотворения

смешки утихли, видно, ее вторая мама — руководитель театральной студии в Доме пионеров Зинаида Скударь с девочкой занималась на совесть. Именно Зинаида Петровна помогла Жене определиться с профессией, увидев в юной школьнице, игравшей в студийных спектаклях главные роли, будущую актрису.

Из всех своих студийцев Скударь посоветовала поступать в театральный только Жене Дмитриевой, которая настолько доверяла своему первому педагогу, что на вступительных экзаменах совершенно не волновалась. И даже не заразилась боязнью попасть на прослушивание к «страшно требовательной» Римме Солнцевой, рассказами о строгости которой абитуриенты пугали друг друга. Именно к ней, по велению судьбы, Евгения и попала, и именно Солнцева убедила приемную комиссию пропустить на следующий тур эту толстую девочку в бинтах. Так, строгая, но справедливая Римма Солнцева стала ее третьей мамой. И когда после успешного окончания театрального училища имени Щепкина новоиспеченная драматическая актриса Евгения Дмитриева сидела и плакала, не зная, какой театр ей выбрать местом работы: потому что ее пригласили вдруг в несколько театров, именно Римма Григорьевна настойчиво посоветовала идти в Малый. Сначала Евгения была счастлива: ей сразу дали интересную роль, а затем какое-то время ролей не было, и она начала «сходить с ума», но тут, очень кстати, Дмитриевой поступило предложение преподавать в родном училище актерское мастерство. Так она нашла свое второе призвание и отдавалась преподавательской работе со всей, свойственной ее характеру, ответственностью. Но как только ей стало не продохнуть от работы со студентами, стали поступать предложения от театральных режиссеров: у Олега Меньшикова она сыграла в «Горе от ума», Деклан Доннеллан пригласил ее в свой знаменитый спектакль «Три сестры», где она играла Ольгу — во Франции, а также в Англии, Австралии, Новой Зеландии и во многих других странах.

Сегодня она играет в своем родном



Малом театре, во МХАТе у Табакова, в «Мастерской Петра Фоменко». На ее счету уже более шестидесяти киноролей: стоит вспомнить яркие образы в фильмах «Заза», «Эйфория», «Три полурации» и яркие комедийные роли в «Иностранцах» и «Муже на час».

ЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ

Актерской и преподавательской работой до краев заполнена вся жизнь актрисы, но и личное счастье не обошло ее стороной. Первая, страстная любовь с первого взгляда настигла Женю практически сразу после поступления в училище: она влюбилась в однокурсника Андрея Кайкова. Любовь оказалась взаимной и настолько бурной, что полненькая «исполнительница испанского танца» превратилась в стройную березку, похудев на 17 кг. Раз любовь взаимная, то и свадьба веселая — весь курс был приглашен на родину жениха в Брянск, где в родительском доме Андрея, как положено, три дня гуляли родня и студенты. Но два года счастливой супружеской жизни, начавшиеся с покупки невестой семейного дивана (новгородная подработка Снегурочкой), закончились тихим разводом, без взаимных упреков и обид. Вдруг не стало общих интересов, вместе скучно: может, потому, что после окончания вуза они стали актерами разных театров, и друзья появились у каждого свои, и не родилось сразу детей, да мало ли причин...

Однако до сих пор бывшие супруги поддерживают дружеские отношения.

МАМА

Доброжелательная, открытая общению со своими студентами и коллегами, Дмитриева для журналистов довольно

закрытый человек. О личной жизни бесед не ведет: обсуждайте творчество ее или ее курса. Это 20, а бывает набор и 30 студентов. Поэтому доподлинно не известно: выходила ли она замуж второй раз и кто отец ребенка, который родился у нее в 39 лет! Наконец-то она, имеющая в судьбе трех мам, 5 сентября 2011 года сама стала мамой.

«Честно говоря, моя первая реакция удивила даже меня, — вспоминает Евгения Дмитриева. — Я увидела две полоски на тесте и подумала: «Как же так? Такая новость, а я ничего не чувствую». Это было даже немножко страшно. Эмоции захлестнули меня лишь через несколько месяцев, когда начал расти живот, а потом стал шевелиться малыш. Вот тогда во мне и проснулись «нормальные» женские чувства: появились страхи, а вместе с ними бесконечная нежность. Бог посылает нам ребенка именно тогда, когда мы наилучшим образом готовы его принять. И он для вас всегда будет важнее всего».

Однако и забеременев, трудоголиком Евгения быть не перестала: пить кофе и курить бросила в один день, а вот играла на сцене и снималась в кино вплоть до восьмого месяца. Родив Марку, собралась было оставить преподавательскую работу, но не смогла бросить своих детей — студентов. Отдыхать тоже некогда: раз в год ненадолго выбирается с сыном на море, и снова работа. Потому что именно такая жизнь для нее — счастье.

Ольга МЕДЫНИЧ: «МУЖА ВИЖУ 3 РАЗА В МЕСЯЦ»

«Моя личная жизнь держится, наверное, только на юморе. Потому что мы с мужем видимся 3 раза в месяц! В смысле не каждый день, как хотелось бы. Тут без юмора не обойтись. Мой муж — оператор, снимает сериалы в Петербурге. Он сейчас там, а я — тут. Отснимусь и поеду в Питер», — так описывает свою личную жизнь Ольга.

Москвичкой она стала недавно, но об этом долго мечтала, ведь на центральных телеканалах в комедийных проектах и в сериалах Ольга снимается давно и много. Комедийная составляющая ее творчества была predetermined еще в детские годы, когда за хорошую оценку по химии она согласилась исполнить в школьном спектакле «Буратино» роль кота Базилио. Сначала была звездой самодельности — занималась балными танцами, а после успеха в «Буратино» стала примой школьного театрального кружка. Родители не препятствовали развитию ее актерской карьеры, надеясь, что после окончания

школы девочка будет поступать на юридический или экономический факультет, как и большинство ее ровесников, родившихся в 1981 году.

«МУЗА ПЕТЕРБУРГА» И ТЕАТР КУКОЛ

Но Оля пошла покорять Санкт-Петербургскую академию театрального искусства. Правда, в первый год не поступила, а на следующий стала студенткой, но прошла лишь на специальность «Актер театра кукол».

Так бы и быть ей кукольной актрисой, если бы не участие в фестивале «Муза Петербурга» с комическим номером «Вешалка», за который она получила главный приз и приглашение работать в Молодежный театр на Фонтанке от его главного режиссера Семена Спивака. Так сбылась ее мечта: стать драматической актрисой.

Дебютировала Ольга на Фонтанке в 2004 году в спектакле «История Кая и Герды» и в том же году сыграла небольшую роль в известном сериале «Улицы разбитых фонарей».

Экранный успех пришел двумя годами позже, когда она приняла участие в комедийном проекте телеканала ТНТ «Женская лига». Затем она становится знаменитой комедийной актрисой, снимаясь в главных ролях в таких комедийных фильмах и проектах, как «Европа-Азия», «Тетя Клава фон Геттен», «Светофор», «Все включено», «Джентльмены, удачи!», «Одноклассники», «Большая разница». Если судить только по телевизионным и ролям в кино, может создаться впечатление, что на ней поставлен крест героини-девушки-веселушки, но... в 2006-м Ольга Медынич получает театральную премию «Золотой софит» за роль в спектакле «Пять вечеров», а через два года, сыграв в постановке «Король-олень», совместно с партнером — диплом за лучший дуэт.

ДЕВЧУШКА-МАМА- ТРУДОГОЛИК

А еще у этой 35-летней «девушки-веселушки» двое детей: сын и дочь, к тому же она — отчаянный трудоголик.

В последнем сезоне сериала «Светофор» снималась, когда шел уже девятый месяц беременности, и после родов в декрете посидела всего три месяца. Спасибо маме, конечно, лучшей няне на свете!

Когда мама поехала с Олей и с детьми на съемки, то, посмотрев, как проходят рабочие дни дочери (по 12 часов на съемочной площадке), она искренне удивилась: «Оля, я даже представить не могла, что у вас все так сложно!»

На тех же съемках в Крыму надо было играть несколько сцен в купальнике, а Ольга после родов поправилась на 10 кг, поэтому чтобы скинуть лишнее, ей пришлось три недели сидеть на одной греч-

ке. Опыт похудения у нее уже был, правда, не такой стремительный. Когда в детстве она мечтала заниматься балными танцами, и пришел момент, когда по возрасту уже можно было записываться в студию, ее не захотели принимать. Причина отказа — полнота и неповоротливость. Помог папа — полковник строительных войск. Увидев плачущую дочку, он пошел к руководителю студии и сумел объяснить, что его девочка должна танцевать. За пять лет занятий балными танцами лишние килограммы испарились — откормленная пирогами и варениками «тумбочка» из семьи, что родом с Украины, превратилась в стройняшку. Но и сейчас Ольга не позволяет себе расслабляться: профессия обязывает быть в форме, поэтому вместо пирожных — занятия спортом. На первом месте у Ольги Медынич не удовольствия, а работа.

На вопрос, не устала ли она от постоянных съемок и гастролей, Ольга отвечает: «Нет, нисколько. Это моя жизнь. У меня нет хобби, я не вышиваю крестиком и не фанатею от лыж. У меня есть любимая работа, которая приносит нескончаемое удовольствие и делает по-настоящему счастливым человеком. Считаю, что мне очень повезло в жизни!»

А везет тем, кто везет... огромный воз — с радостью и терпением.

Подготовила Мария ПЕТРОВА



Антон проснулся от настойчивого звонка телефона и нехотя приоткрыл один глаз. Судя по яркому свету за окном, на часах как минимум полдень. Он слегка приподнялся на кровати, и голову тут же пронзила острая боль. С алкоголем вчера перебрал...

Телефон зазвонил снова.

— Да, — прохрипел Антон в трубку.
— Привет, мальчик мой, — услышал он бодрый голос крестной матери. — Я не вовремя?

— Все в порядке. Мне уже пора вставать, — медленно произнес Антон.

— Я бы уточнила, что давно пора. Опять веселенькая ночь? Может, соберешься с силами и заедешь ко мне за подарком? Знаю, завтра у тебя не будет времени, поэтому хочу поздравить тебя сегодня.

Антон хотел было отказаться, но вспомнил, что крестная, наверняка, подарит хорошую сумму денег, как-никак завтра ему исполняется восемнадцать лет. А в деньгах он нуждался, особенно сейчас.

— Хорошо. Я подъеду, — ответил Антон.

Присев на кровати, он осмотрел карманы брюк и бумажник. Так и есть, он на мели. Придется ехать на метро.

Покачиваясь в вагоне, Антон вспоминал события прошедшей ночи. Во всем Мишка виноват, нельзя столько алкоголя заказывать. Антон напился и поспорил с своей девушкой — Кристиной. Назло ему она приняла приглашение на танец незнакомому мужчине, а в поле зрения Антона попала сидящая за соседним столиком Надя, вернее, ее печально-влюбленный взгляд. И когда она забудет их маленький эпизод и начнет жить своей жизнью?! Однажды, одурманенный курительной смесью, он дал ей надежду, которую, проспавшись, забрал.

Теперь Надя ему стала нужна, чтобы задеть Кристину. Он пригласил Надю на танец и, кружась с нею, краем глаза наблюдал за Кристиной, которая бросала в их сторону свирепые взгляды.

После окончания песни Кристину отправилась к выходу. Он догнал ее на улице, но не смог помешать сесте в такси. Тогда Антон поехал вслед за ней на своей машине, но на ближайшем повороте не справился с управлением и протаранил боком строительное ограждение. Как назло, неподалеку стояла машина ДПС, и если бы не Мишкин отец, повести бы ему эту ночь в «обезьяннике» за вождение без прав и в нетрезвом виде. Папину машину быстро эвакуировали в гараж, а Антон встретил утро в своей постели.

Проблема осталась одна: сообщить отцу, что его любимое авто подлежит ремонту. Но отец возвращается из командировки завтра. Вот тогда Антон и сообщит, а в день рождения папа сильно ругаться не должен. Если, конечно, не узнает про хвосты в институте. А вот про повестку из военкомата надо сказать, хотя, наверняка, она пришла ошибочно.

Все эти мысли нагоняли на него тоску. Нет, первое, что он сделает,

— Она лежала в хосписе, когда отдала три конверта. Письма мне и твоему отцу было велено открыть после ее смерти, а твое письмо она просила отдать в восемнадцать лет.

Антон снова посмотрел на надпись на конверте. Интересно, что хочет сказать ему мать спустя одиннадцать лет?

— Есть будешь? — спросила крестная.

— Нет. Я пойду, — рассеянно

можно вскрыл конверт.

«Привет, сыночек! Пишу эти строки и пытаюсь представить, как ты будешь выглядеть. Наверняка, ты стройный блондин с карими глазами, а возможно, твои светло-русые волосы потемнели...

Я же запомню тебя светленьким семилетним общительным мальчиком. Еще ты очень сочувствующий. Одна твоя любовь к кошкам чего стоит. Даже самый облезлый грязный уличный кот вызывает у тебя желание приласкать и накормить его. Мне нравится, что ты постоянно пребываешь в веселом, иногда игривом (это когда квартира переворачивается вверх дном) настроении. У тебя нет желания строить из себя серьезного парня. Ты ребенок и должен быть им.

Очень хочется, чтобы с годами ты сохранил свою добрую улыбку, лучистое выражение лица. Я буду молиться, чтоб жизнь не поломала тебя, не вывернула наизнанку. И если после смерти что-то есть, я буду наблюдать за тобой и оберегать.

Ты помнишь, как ты шел ко мне на руки со словами: «Мама» (вместо «мама»), как мы засыпали в обнимку, как читали книжки, гуляли во дворе? Я боролась со своей болезнью, чтобы иметь возможность наблюдать, как ты растешь, как меняются твои мысли и чувства. Так хотелось проводить тебя на последний школьный звонок! Немного воображения, и я вижу, как ты поправляешь галстук перед зеркалом, надеваешь пиджак, а потом, наклонившись, обувашь новенькие блестящие туфли... Но не получилось, извини...

Возможно, за все эти годы у тебя накопились обиды к отцу, будет чувство, что он недодал тебе чего-то самого главного. Прощу, не держи на него зла. Он замечательный человек, но, оставшись без меня, он потеряется.

Я очень хочу, чтобы это письмо попало к тебе в день совершеннолетия, когда мальчиков призывают в армию, чтобы оттуда они возвращались настоящими мужчинами. Я думаю, ты знаешь, что один твой дед прослужил три года на флоте, а второй ушел на пенсию в звании подполковника. К сожалению, обоих уже нет в живых, как не будет меня, но я верю, ты помнишь о нас.

Я поздравляю тебя с Днем Рождения! Мои пожелания, наверное, покажутся тебе банальными: это здоровье, терпение, любовь и удача, но в жизни без них не обойтись. Пусть будет много радостных светлых дней, за которые в будущем тебе не будет стыдно. Помни, я всегда рядом и очень люблю тебя. Целую. Твоя мама».

Антон перевернул лист. На обороте крупными печатными буква-



оказавшись у крестной — попросит аспирин и свернется калачиком на диване.

Крестная мать была единственной женщиной, к которой он испытывал теплые чувства. Она никогда его не воспитывала, снисходительно относилась к его недостаткам, иногда по-доброму подтрунивала, а на все праздники дарила самый нужный подарок: деньги в подарочной открытке.

Но на этот раз она протянула два конверта: один с деньгами, второй — пожелтевший от давности.

— Что это? — спросил он.

— Письмо твоей матери, — ответила крестная после паузы.

И действительно, в правом верхнем углу крупным почерком было написано: «Моему любимому сыну Антону».

Мама. После ее похорон он старался не думать и не вспоминать о ней, и вскоре ему показалось, что ее и не было вовсе.

— Откуда оно у тебя? — еле слышно спросил Антон.

буркнул Антон и, не обращая внимания на уговоры, пошел домой.

Дома он прошел в ванную и встал под струи прохладной воды. В тот день, когда Антон увидел свою мать в гробу, он четко осознал, что жить, как прежде, уже не будет: не будет того тепла, защиты, ласки. Он никому не позволил себя жалеть, отказался от надежды. И это спасло его от разочарования...

К вниманию мачехи он относился снисходительно, знал, что когда в их семье появится общий ребенок, все закончится. Так и случилось. После появления сестер-близнецов весь мир закрутился вокруг них. А Антон создал свой — с массой друзей и дорогостоящими развлечениями. Бизнес отца пошел в гору, и денег на сына он не жалел, оплачивая картинг-клубы, игры в пейнтбол и прочие мальчишеские занятия...

Завернувшись в полотенце, Антон вернулся в комнату и осто-

[illegible]

ДУШЕВАЯ ДЛЯ ЧЕТВЕРОНОГО ДАЧНИКА

Летом мы живем на даче. Наш пес любит бегать по участку, валяться на земле, а ночует он вместе с нами — в доме. Чтобы его легче было мыть и просто купать в жаркую погоду, прошлым летом муж сделал для него специальный душ.

Собрал из пластиковых труб рамку, предварительно проделав небольшие дырочки в трубах и подсоединил к водопроводному шлангу. Когда вода под напором поступает в эту рамку, то брызжет из дырочек, образуя настоящий циркулярный душ. Главное было удержать под этим душем нашего любимца, пока вода не смоет грязь и пыль. Первое время он вырывался и норовил удрать, но к концу лета так привык, что в жару даже сам подходил к рамке и начинал лаять — просил искупать.

Инга, Ростовская область.

ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ ХОЗЯИН

Чаще всего люди заводят дома кошек и собак. С некоторыми хитростями их содержания и ухода за ними мы хотим вас сегодня познакомить.

● Если вы кормите собаку натуральной едой, не давайте ей курицу с рисом (на гарнир). Пища в таком сочетании слишком тяжела для собачьего желудка и может вызвать колики.



● Летом выводите своих четвероногих питомцев на прогулку утром пораньше, а вечером — попозже. Жарким днем они могут обжечь лапы о раскаленный асфальт. Ведь его температура в середине дня даже на 15–20° выше, чем температура воздуха.

● Если собака удирает от вас, когда вы спускаете ее с поводка, не бегите за ней. Лучше присядьте на корточки, опустите голову или прилягте на травку. И не шевелитесь. Она обязательно вернется, чтобы посмотреть, все ли у вас в порядке.

● Регулярно протирайте кошке уши разведенным пополам с водой яблочным уксусом. Это прекрасная профилактика ушного клеща, появление которого легче предотвратить, чем потом вылечить.

● Если вы ходите с собакой гулять в парк и спускаете ее там с поводка, обязательно надевайте на ошейник бирку с номером вашего телефона и просьбой позвонить, если собака потеряется. Но ни в коем случае не пишите на ней кличку собаки. Когда вашего питомца най-

дут, вы легко сможете доказать, что именно вы его хозяин, позвав своего любимца. К тому же, постороннему человеку легче увести за собой чужую собаку, если он будет называть ее по имени.

● Щенок, котенок, фретка очень любят, когда хозяева играют с ними. Вы можете совместить приятное с полезным: спокойно сидеть на диване или в кресле с книгой и при этом играть с малышом. Привяжите к ноге веревку с колокольчиком или игрушкой на другом конце. Сядьте нога на ногу и покачивайте той, к которой привязана игрушка. Животное будет само забавлять себя, не мешая вам заниматься любимым делом.

● Намокнув под дождем, собачья шерсть начинает сильно вонять псиной. Вытрите вымокшее животное полотенцем, а потом сбрызните собачьим «одеколоном».

Чтобы его приготовить, смешайте 1 стакан кипяченой воды с 0,5 стакана яблочного уксуса и 0,5 стакана настоя зеленого чая. Перелейте состав в бутылку с распылителем и хорошенько побрызгайте на влажную шерсть. Такой «одеколон» значительно снижает интенсивность запаха.

Этим составом можно регулярно опрыскивать собаку, если ее шерсть неприятно пахнет.



КАК СПАСТИ МЕБЕЛЬ ОТ КОШКИНЫХ КОГТЕЙ

Много вы видели кошек, которые любят спать на своей постилке, а не в постели хозяина или на диване? А таких, которые точат когти о специальную когтеточку, а не о мебель или палас, выдирая нитки? Скорее всего, правильно воспитанных кошек вам попадалось немного. Основная масса четвероногих любимцев гораздо портит все, что их окружает, всеми четырьмя лапами. Но рачительные хозяева всегда находят способ остановить этот вандализм.

Хотите сохранить неподранными спинки кресел и диванов? Прикрепите на их лицевые поверхности двухсторонние «липучки». Кошки избегают колющихся поверхностей.

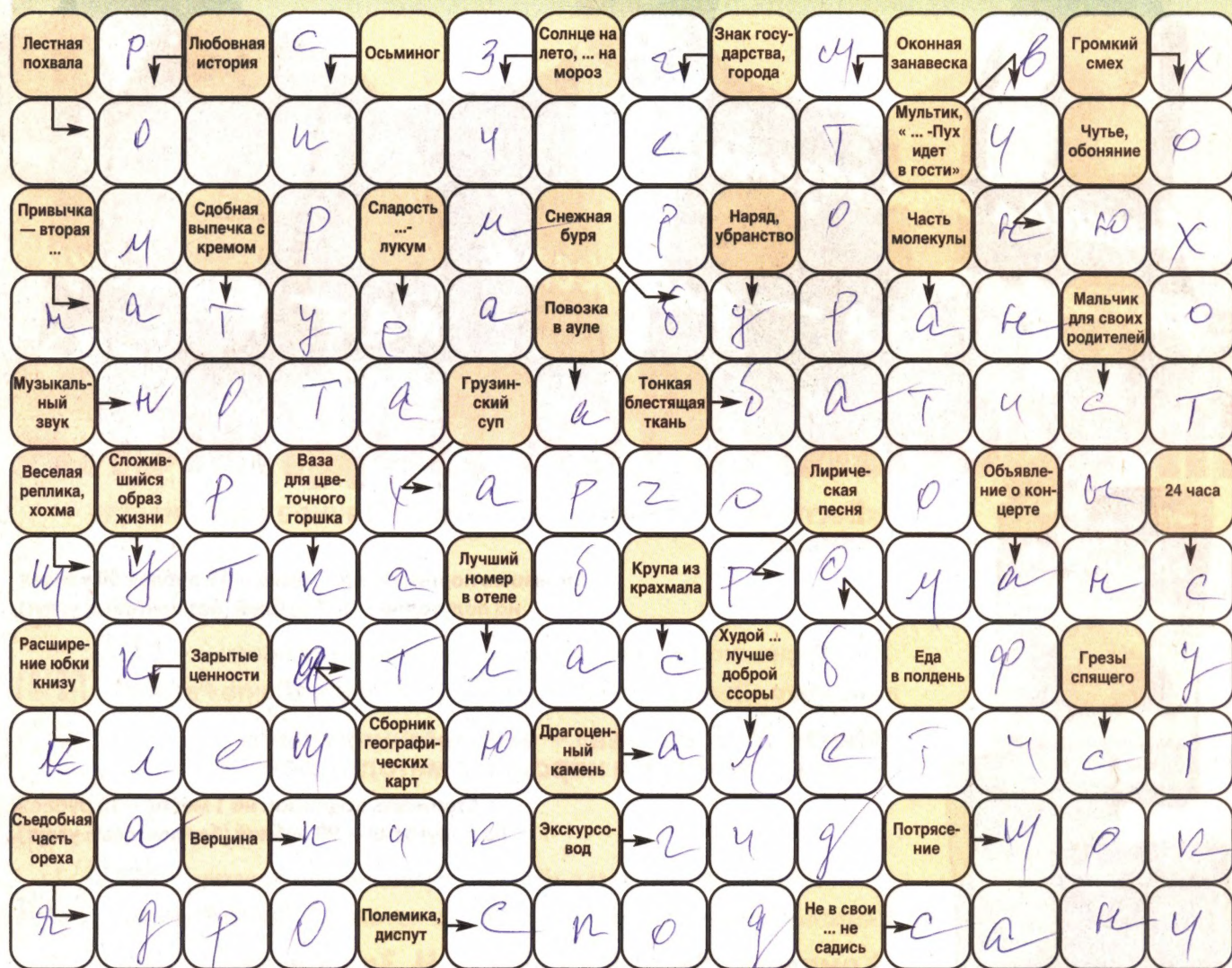
Любимое занятие вашего кота — точить когти о палас или ковровое покрытие? Приклейте к разделочной доске кусок ковролина или паласа и повесьте на стену в удобном для кота месте.



Под редакцией
Катерина ЧАПЛИН

СКАНВОРД

№ 5



Ответы на сканворд № 4 по горизонтали: серебро, малина, Раиса, рядно, воротник, врач, яга, ирис, опушка, ананас, тмин, ария, линт, фата, пшено, кизил, икра, такт, рука.

По вертикали: трико, парик, рандеву, шляпа, боровик, атлет, олива, мина, Сочи, инок, омар, рант, овин, сапфир, вишня, азу, игра, тик, маска, скала.



Дамы, посмеемся!

☺ ☺ ☺

Стоматолог:

— Вот и всё! Вот вам ваш зуб...

Пациент:

— А вот вам, доктор, ручка от вашего кресла.

☺ ☺ ☺

Сидя в классе на родительском собрании, мама пилкой для ногтей нацарапала на парте сына: «Тебе хана!!!»

☺ ☺ ☺

Парень жалуется врачу:

— Знаете, как выпью, на теле появляются синие пятна...

— Да-а, у моей жены тоже характер...

☺ ☺ ☺

Жена с мужем сидят в баре. Вдруг она замечает мужчину у барной стойки и говорит мужу:

— Смотри, с этим парнем я рассталась семь лет назад, а он до сих пор всё пьет...

— Да ладно, столько лет никто не празднует!

☺ ☺ ☺

На День святого Валентина парочка прогуливается по городу. Он, лениво позевывая:

— Слушай, мы вроде уже везде были: в кино, театре, в кафе ходили, на выставки, на дискотеки... Куда теперь?

Она:

— Может, в загс?..



*Я выписал эти газеты
для мамы*

я — для жены

а я — для тещи

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА



«Веста-М» — всероссийское ежемесячное издание для женщин.

Стоимость подписки: на 1 месяц — 19 рублей 50 копеек,
на полугодие — 117 рублей (без почтовых услуг).

Подписной индекс: в «Каталоге российской прессы» — **60672**;
в каталоге «Пресса России» — **51182**; в каталоге «Почта России» — **П2181**

«Веста-М. Здоровье» — ежемесячная газета о традиционных и народных методах лечения.

Стоимость подписки: на 1 месяц — 15 рублей,
на полугодие — 90 рублей (без почтовых услуг).

Подписной индекс: в «Каталоге российской прессы» — **60673**
в каталоге «Пресса России» — **15510**; в каталоге «Почта России» — **П2194**

Комплект «Веста-М» + «Веста-М. Здоровье»

Стоимость подписки: на 1 месяц — 30 рублей,
на полугодие — 180 рублей (без почтовых услуг).

Подписной индекс: в «Каталоге российской прессы» — **83728**

Комплект «Веста-М» + 2 СПЕЦВЫПУСКА

Стоимость подписки: на полугодие — 157 рублей
(без почтовых услуг).

Подписной индекс: в «Каталоге российской прессы» — **83727**

«Веста-М. Сканворды» — газета выходит 2 раза в месяц и содержит сканворды для взрослых и детей.

Стоимость подписки: на 1 месяц — 21 рубль,
на полугодие — 126 рублей (без почтовых услуг).

Подписной индекс: в «Каталоге российской прессы» — **60674**
в каталоге «Пресса России» — **11255**; в каталоге «Почта России» — **П2196**

ИЗДАТЕЛЬСТВО
ВЕСТА
2016
второе полугодие

ISSN 1818-7684



9 771818 768369

16005



Подписку можно оформить на сайте: VIPISHI.RU